VALİDEYN-UŞAQ MÜNASİBƏTLƏRİ

Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu "Valideyn-uşaq münasibətləri" kitabının Azərbaycan dilinə tərcüməsini azərbaycanlı oxucuya təqdim etməkdən qürur duyur. Hazırkı tərcümə ərəb dilindən edilmişdir. Kitabın dünyanın müxtəlif dillərinə çevrilməsi uşaq tərbiyəsi mövzusunun əhəmiyyətini göstərir.

Kitab davranış, düşüncə və mənəvi cəhətdən şəxsiyyətin formalaşdırılması üçün bitkin ədəbiyyatı təmsil edir. Müəlliflər mövzu ilə əlaqəli ən son araşdırmalarla tanış olmaqla akademik mühitdən mümkün qədər istifadəyə cəhd göstəriblər. Həmçinin onların Şərqdə və Qərbdəki bir neçə onillik şəxsi təcrübəsi bu işdə səmərəli olmuşdur. Çünki belə təcrübə kitabda təqdim olunan nəzəriyyə və müddəaları təsdiqləyən əyani arqument rolunu oynayır.

Kitabda yazılmış olduğu mədəni mühitlə əlaqələri nümunələr göstərilmiş, xüsusən ailənin, ümumən cəmiyyətin üz-üzə qaldığı problemlərin təsviri verilmişdir. Bununla belə, bu problemlər hər bir cəmiyyətlə əlaqəli problemlərdir. Tərbiyə işinin əsasları və çətinlikləri, tətbiqi qaydaları – bütün bunlar, demək olar ki, bir çox mədəni mühit üçün eynidir. Kitab yazılarkən cəmiyyətdən-cəmiyyətə fərqlənən sosial hadisələr, tərbiyə təcrübələri də nəzərə alınmışdır. Bu əyani vəsaitdə fərd, ailə, cəmiyyət və bəşəriyyəti maraqlandıran bir çox məsələyə toxunulmuş, problemin elmi-tənqidi və konstruktiv üsulla həllinə cəhd edilmişdir. Müəlliflər sosial təhriflərin aradan qaldırılması üçün alternativlər təqdim etmişlər. Bu alternativlər, həm də tərbiyə işi ilə əlaqəlidir, təhrifləri, mənfi təsəvvürləri inkardan sonra boşluğun doldurulmasına xidmət edir.

Kitab müsəlman cəmiyyətlərində yayılmağa başlamış bəzi hallara ("boyfrend"-"gölfrend" münasibətləri, yeniyetmələrin narkotik maddələrdən istifadəsi və s.) qarşı həyəcan təbili çalır. Düzdür, bu hallara Qərb kontekstində toxunulur, amma məqsəd Qərb cəmiyyətlərinin bu sahədə apardığı mübarizə təcrübəsi ilə oxucunu tanış etməkdir.

Kitabda müəlliflər bu və ya digər sosial hadisəni (problemi) təsvir etmiş, mahiyyətini açıb göstərmiş, nəticələrini müəyyənləşdirmiş, nəzarətdə saxlanılması üsullarını təqdim etmişlər. Ola bilsin ki, bu, müsəlman cəmiyyətlərində uşaq tərbiyəsi işi üçün elmi-akademik təcrübə rolunu oynasın.

BEYNƏLXALQ İSLAM FİKRİ İNSTİTUTU

VALİDEYN-UŞAQ MÜNASİBƏTLƏRİ

Hişam ət-Talib • Əbdülhəmid əbu Süleyman • Ömər ət-Talib

VALİDEYN-UŞAQ MÜNASİBƏTLƏRİ

UŞAQ TƏRBİYƏSİ ÜZRƏ VƏSAİT

Hişam ət-Talib • Əbdülhəmid əbu Süleyman • Ömər ət-Talib

VALİDEYN-UŞAQ MÜNASİBƏTLƏRİ

Uşaq tərbiyəsi üzrə vəsait

Hişam ət-Talib
Əbdülhəmid əbu Süleyman
Ömər ət-Talib

"İdrak" İctimai Birliyi

Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu

Bakı – 2020

Parent-Child Relations: A Guide to Raising Children
Hisham Altalib, AbdulHamid AbuSulayman, Omar Altalib

© Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu, 2020
© "İdrak" İctimai Birliyi, 2020

The International Institute of Islamic Thought (IIIT)
P.O. Box 669
Herndon, VA 20172, USA
www.iiit.org

IIIT London Office
P.O. Box 126
Richmond, Surrey
TW9 2UD, UK
www.iiituk.com

ISBN:

Tərcüməçi, redaktor və şərhlərin müəllifi:
Fəlsəfə üzrə fəlsəfə doktoru Elvüsal Məmmədov

Bədii və texniki tərtibat:
Həsən Həsənov

Şəkillər © iStockphoto

Kitab Dini Qurumlarla İş üzrə Dövlət Komitəsinin
icazəsi ilə nəşr olunur (DK-1048/Q)

Müəlliflər haqqında

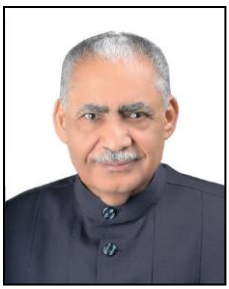
Hişam Yəhya Talib

1940-cı ildə İraqın Mosul şəhərində anadan olmuşdur. 1962-ci ildə Liverpul Universitetində elektrik mühəndisliyi, 1974-cü ildə Perdyü Universitetində (İndiana ştatı, ABŞ) eyni ixtisas üzrə doktorluq dərəcəsi almışdır. Hişam Talib Şimali Amerikada İslamın yayılması işində fəal iştirak etmişdir, indi də edir. O, bir çox islam təşkilatının üzvü olmuş, 1975-77-ci illərdə ABŞ və Kanada Müsəlman Tələbələr Assosiasiyasının (MSA) büro direktoru vəzifəsində çalışmışdır. 1976-cı ildə Beynəlxalq İslam Tələbə Təşkilatları Federasiyasının (IIFSO) Baş katibi seçilən Hişam Talib Amerikada və kənarda bir çox təlim düşərgəsi və seminarlar təşkil etmişdir.

1981-ci ildə Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun (IIIT) təsisçi-üzvlərindən biri olmuş, maliyyə direktoru seçilmişdir. O bu vəzifəni indiyədək icra edir.

"Şərəfli dəvət işi müqaviləsi", 20-dən artıq dilə çevrilmiş "İslam işi mütəxəssisləri üçün təlimat kitabı", "İslama çağırış: öhdəlik əxlaqı" kitablarının müəllifidir.

Əbdülhəmid Əhməd əbu Süleyman

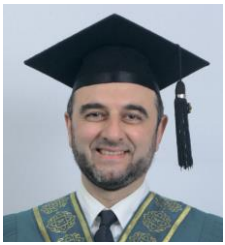


1936-cı ildə Məkkə şəhərində anadan olmuşdur. Orta məktəbi vətənində bitirmiş, Qahirə universitetindən 1959-cu ildə iqtisadi münasibətlər (bakalavr), 1963-cü ildə politologiya (magistr) ixtisasları üzrə məzun olmuşdur.

1973-cü ildə ABŞ-ın Pensilvaniya universitetində "Beynəlxalq münasibətlər" ixtisası üzrə doktorluq dissertasiyasını müdafiə etmişdir.

Səudiyyə Ərəbistanında Strateji Planlaşdırma üzrə Dövlət katibi (1963-1964), Müsəlman Sosioloqlar Assosiasiyasının (AMSS) (1972), Dünya Müsəlman Gənclər Assambleyasının (WAMY) Baş katibi (1973-1979), Kral Səud Universitetinin Siyasi elmlər bölməsinin rəhbəri (1983-1984) vəzifəsində çalışmışdır. 1988-1998-ci illərdə Malayziya Beynəlxalq İslam Universitetinin rektoru olmuşdur.
Əbdülhəmid əbu Süleyman bir çox beynəlxalq elmi konfrans və seminarların təşkilində iştirak etmişdir.
Hal-hazırda Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun prezidentidir.
Müsəlman cəmiyyətlərində islahatçılıq məsələlərinə dair çoxsaylı məqalə və monoqrafiyanın müəllifidir: İslam iqtisadiyyatı nəzəriyyəsi: fəlsəfi və müasir metodlar; Müsəlmanın düşüncə böhranı; İslam maarifçiliyi: layihələr və nailiyyətlər; İslam düşüncəsində metod problemi; Müsəlman ailənin biblioqrafik məlumat kitabı; Müsəlmanın iradə və mənəviyyat böhranı; Müsəlman dünyasında ali təhsil sisteminin canlandırılması; İki qanun arasında insan; Quran dünyagörüşü və s.

Ömər Hişam Talib



1967-ci ildə İraqın Kərkük şəhərində anadan olmuşdur. 1968-ci ildə valideynləri tərəfindən ABŞ-a göndərilmişdir. 1989-cu ildə Corc Meyson Universitetində iqtisadiyyat və sosiologiya ixtisasları üzrə bakalavr təhsilini başa vurmuş, Çikaqo Universitetində 1993-cü ildə magistr, 2004-cü ildə sosiologiya üzrə doktor dərəcələrini almışdır. 1989-1992-ci illərdə Aspirant Hazırlığı üzrə Milli Elm Fondu Proqramında iştirak etmiş, Delley Kolleci (Çikaqo, 1998) və İndiana Norsvest Universitetində (İndiana ştatı, 1999) sosiologiya ixtisasında adyunkt-professor vəzifəsində çalışmışdır.
2000-2003-cü illərdə Aşlend Universitetində (Ohayo ştatı) sosiologiya və kriminologiya üzrə dosent olmuş, Elmi Nailiyyətlərin Həyata Keçirilməsi üzrə Beynəlxalq Korporasiyada (Virciniya

ştatı) mühəndislik üzrə baş mütəxəssis vəzifəsində işləmişdir. O, 2009-2011-ci illərdə Malayziya Beynəlxalq İslam Universitetində sosiologiya üzrə dosent olmuşdur.
Ailə münasibətləri, təhsil, xeyriyyəçilik, sosial fəaliyyət mövzularında məqalələrin müəllifidir.

Müəlliflərdən

Uşaqları tərbiyə işi həm böyüklərin, həm də azyaşlıların inkişafına dair nəzəri və praktik biliklər tələb edir. Gənc valideynlər tərbiyədə az təcrübəyə sahib olduqları üçün hələ ailədə uşaq dünyaya gəlməzdən əvvəl onlarla rəftar işini öyrənməlidirlər.

Firavan yaşamaq, abad mənzilə sahib olmaq, avtomobil və mebel almaq üçün çox zəhmət çəkirik, amma eyni səyi uşaqları tərbiyə işində göstərmirik və elə güman edirik ki, hər şey özü-özünə yaxşı olacaqdır. Unutmayaq ki, uşaqların tərbiyə edilməsində heç bir təsadüfə yer yoxdur, odur ki bu "oyun"a çoxlu "pul" qoymaq lazımdır.

Valideynlər tərbiyə işinə dair bilikləri adətən səhv etməklə, təcrübədən keçirməklə qazanır, ilk uşağın "üstündə" öyrəndiklərini sonrakı uşaqlara tətbiq edirlər. Təəssüf ki, bu qiymətli təcrübə mənimsənilənə qədər ilk uşaq böyümüş olur və buraxılmış səhvləri düzəltmək olmur.

Yaxşı tərbiyə öz-özünə baş vermir. Bu, davamlı diqqət tələb edən gərgin işdir. Uşaq tərbiyəsi ailədə ata və anaya yüklənmiş ciddi öhdəliklər və məsuliyyət deməkdir.

Tərbiyə işinin bu kitabda xüsusi diqqət yetirdiyimiz vacib elementi ünsiyyətdir. Uşaqlarla uğurlu ünsiyyət onların xoşbəxt və məsuliyyətli şəxslər kimi böyümələrinə kömək edir. Uşaqlarla nə vaxt və necə danışmaq onlara səbirlə qulaq asmaq qədər həlledici məsələ hesab olunur. Valideynlər öz uşaqlarını son dərəcə çox sevsələr də, onlarla danışmaq və onlara qulaq asmaq bacarıqlarını inkişaf etdirməlidirlər. Ünsiyyət hər iki həmsöhbətdən asılı məsələdir, heç bir halda onu kəsmək olmaz. Valideynlərin vəzifəsi uşaqların potensialını maksimum dərəcədə, həm də güc tətbiq etmədən inkişaf etdirməkdir. Bu məsələdə başqa valideynlərin təcrübəsi ilə tanışlıq mürəkkəb vəziyyətlərdən çıxmaq üçün yeni bacarıqlar qazandıra bilər.

Valideynlər əvvəlki illərin bir çox təcrübəsini götür-qoy etməlidirlər, çünki hər köhnəni yaxşı hesab etmək mümkün deyildir. Dövr dəyişir, fərqli

yanaşma və əks-reaksiyalar tələb edən yeni situasiyalar meydana çıxır. Əlbəttə ki, bütün valideynlər uşaqlarının yaxşı olmasına ümid edirlər. Biz diqqətimizi geniş yayılmış valideyn səhvlərinə və qarşıya çıxacaq problemlərə veririk.

Əsas diqqət uşaqların liderlik keyfiyyətləri ilə tərbiyə edilməsi mövzusuna verilir. Qeyd edək ki, biz "liderlik keyfiyyətləri" dedikdə hakimiyyətə iddialı şəkildə can atmağı deyil, cəmiyyətin başqaları qarşısında məsuliyyət hiss edən aktiv üzvünə çevrilmək üçün tələb olunan mənəvi əsası, mənəvi gücü, şəxsi ləyaqət hissini, etik prinsipləri nəzərdə tuturuq.

Bir çox yeniyetmə üçün ev mehmanxana, yaxud yeməkxana halına gəlmişdir: burada qalmaq və gecələmək olar. Həm valideynlər, həm də uşaqları üçün xoşbəxt və dinc ailə mühiti yaratmaq çox mühümdür. Ev yaşamaq üçün adi yer deyildir; əksinə, ailə üzvlərinin aktyorlara, münasibətlərinin isə ssenariyə çevrildiyi "səhnə"dir: hər kəs rolunu oynamalıdır. Kədərli haldır ki, dövrümüzdə bir çox valideyn və uşaqları bir-biri ilə ortaq dil tapa bilmir, uyğunsuzluq yaradırlar. Çoxları açıq olmaqdan qorxur, yaxud bir-birlərinə güvənmirlər. Bəziləri isə münasibətləri düzəltmək istəyir, amma yolunu bilmirlər. Bəzən bu, barışıq cəhdlərinin dayanması, məyusluq, ədavət, emosional təcrid və qohumluq əlaqələrinin kəsilməsi ilə nəticələnir.

Tərbiyə işi böyük məsuliyyət deməkdir, odur ki burada ümidsizliyə və imtinaya yer yoxdur. Keçmişdə etdiyiniz səhvlərə görə özünüzü qınamağı dayandırın və bilin ki, çətinlikləri aradan qaldırmaq və münasibətləri yaxşılaşdırmaq heç vaxt gec deyildir. "Bunu etməsəydim, bu cür etsəydim", – deyə təkrarlamağın mənası yoxdur. Təəssüf etmək və "ax! kaş!" ssenarilərində ilişib-qalmaq daha böyük ümidsizliyə aparıb çıxaran dağıdıcı davranışdır. Hətta ailələrimizi yaralayacaq hərəkətlərə yol vermişiksə, "bütün bunları yaxşı niyyətlə etmişik" – deyə özümüzü sakitləşdirməliyik. Gələcəyə baxmaq və onda təmərküzləşmək lazımdır. Başımızı etdiklərimiz və etmədiklərimizlə

əlaqəli təəssüflərlə doldurmaq əvəzinə, hal-hazırda nə edə biləcəyimizə diqqət yetirməliyik. Uşaqlarımıza bildirməliyik ki, keçmişdə baş verənlərdən dərs çıxarıb yaxşı valideyn olmaq istəyir, gələcəyə dəyişiklik üçün şans gözü ilə baxırıq. Keçmiş bizim üçün mərmər, yaxud beton tökmə, gələcək isə yapılmağa hazır yumşaq gil olmalıdır.

Bir çox valideyn (o cümlədən biz, müəlliflər də!) təəssüf edir ki, uşaqları olmazdan əvvəl tərbiyə işini öyrənməyiblər. Əgər öyrənsəydilər, istifadə etdikləri tərbiyə üsulunu dəyişə bilərdilər. Əksər valideynlər təəssüflərini bildirirlər ki, uşaqlarının tərbiyə edilməsinə lazımi vaxt ayırmayıblar. Həyatımıza nəzər saldıqda uşaqlarla bölüşə biləcəyimiz o qədər çox anları, qiymətli momentləri əldən çıxardığımızı görürük. Ümid edirik ki, uşaqlarımız səhvlərimizə görə bizi bağışlayacaq, yeni valideynlər də onlardan yayına biləcəklər. Biz həmçinin Allaha dua edirik ki, hər bir valideyni ağrılı şəxsi təcrübədən irəli gələn acı dərslərdən qorusun!

Biz bir çox səhvin qarşısını alacaq məlumat kitabı hazırlamağa cəhd göstərmişik. Bu kitabda nəticələrin aradan qaldırılmasına deyil, səhvlərin baş verməməsinə diqqət yetirilir. İddia etmirik ki, narkotik maddələrin, alkoqollu içkilərin, depressiyanın, cinayətkarlığın, cinsi əlaqə yolu ilə keçən xəstəliklərin doğurduğu ağır nəticələri bütövlükdə aradan qaldıra bilərik. Amma biz preventiv addımlar təklif edir, valideynlər üçün təlimatlar hazırlayırıq. Bu təlimatlar yuxarıdakı halların baş verməməsini minimuma endirə bilər: "xəbərdar edilmişsənsə, deməli, silahlanmışsan".

Uşaqlarının uğurları ilə valideynlərin öyünmələri üçün indiki tərbiyə işi bacarıq və hazırlıq tələb edir. Xoşbəxtlikdən, indiki dövrdə tərbiyə işinə dair çoxlu üsullar və kifayət qədər informasiya mövcuddur. Düzdür, bu üsullar birmənalı hesab olunmur, amma yaxşı valideyn olmaq da heç vaxt gec deyildir, çünki tərbiyə bütün ömür boyu davam edən prosesdir.

Xoşbəxt və həmahəng inkişaf edən insan yetişdirmək hər

bir valideynin arzusudur. Bu kitab sizin şansınızı artırır, qarşınızda yeni imkanlar açır. Bir müdrik demişdir: "Arzuların səni idarə etmir; əksinə, sən arzularına istiqamət verirsən". İndiki yeniyetmələri tərbiyə etməyin münasib vaxtı bundan on il əvvəl olsa da, şansınızdan istifadə etməyiniz hələ gec deyildir. Allah cəhdinizə bərəkət versin!

Kitabda müxtəlif mənbələrdən götürülmüş statistik məlumata da yer verilib. Amma statistika dəyişir, odur ki ona dəyişməz məlumat gözü ilə baxmayın. Çünki statistika aid olduğu yer və zamanı əks etdirir.

Kitabda müxtəlif mədəniyyətlərin xüsusiyyətlərini nəzərə almaq fiziki baxımdan mümkün olmadığı üçün, ümid edirik ki, ayrı-ayrı dillərə tərcümə zamanı müəyyən məlumatlar yerli mühitə uyğunlaşdırılacaqdır.

Bu kitabda müəlliflərin Müsəlman dünyası və Qərbdə əldə etdikləri təcrübə toplanmışdır. Biz İlahi Vəhyin müdrikliyini, Peyğəmbər təcrübəsini, müsəlman ənənəsi və Qərb mədəniyyətinin nailiyyətlərini sintez etməyə cəhd göstərmişik. Bu, düzgün uyğunlaşdırıldıqda həmin nailiyyətlərin bir-birini necə tamamladığını göstərmək üçündür. Beləliklə, bu kitab valideyn-uşaq münasibətləri sahə-sinə cüzi töhfəmizi ifadə edir.

Vaşinqton
Yanvar, 2013-cü il

Mündəricat

Müəlliflər haqqında *5*
Müəlliflərdən *8*

I HİSSƏ
Valideyn-uşaq münasibətləri

Birinci fəsil
Yaxşı valideyn olmaq: nədən başlamalı?
Giriş *26*
Uşaqların inkişaf mərhələləri *29*
Uşaqları necə tərbiyə edirik: tərbiyə üsulları *30*
Avtoritar tərbiyə üsulu haqqında: zorakılıq və qorxutma fəlsəfəsi *31*
Tərbiyə üsulu nədən xəbər verir? *36*
Tərbiyə işinə başlamaq: vəzifəyə ümumi baxış *37*
Uşaqlarla vaxt keçirmək *43*
Mütəxəssis məsləhətinə müraciət *44*
Tərbiyə mövzusu məktəblərdə tədris edilməlidirmi? *49*
Britaniya məktəblərində tərbiyə fənninin tədrisi *51*
Uşaqlarımız anormaldırmı? *52*
Uşaqlar bəşəriyyətin gələcəyidir *53*
Tapşırıqlar *55*

İkinci fəsil
Ailə institutu: əhəmiyyəti və funksiyaları
Giriş *62*
Valideynə çevrilmə *63*
ABŞ-da ailənin ölçüsü: dünən və bu gün *71*
Birvalideynli ailələr *73*
Uşağı təkbaşına necə tərbiyə etmək olar? *77*
Bir valideyn digərini əvəz edə bilərmi? *80*
Boşanmış valideynlərə tövsiyələr *85*
İslama görə ailənin əhəmiyyəti *86*
Qurana görə ailənin məqsədləri *89*
ABŞ-da ailə *102*
Müsəlman ölkələri və ABŞ-da ailələr *113*

Britaniya və ABŞ-da uşaqların tərbiyə edilməsi *118*
Azadlıq yoxsa həqiqət? *119*
Uşaqları harada tərbiyə etməli? *125*
Qərb fikrində olmayan iki konsepsiya *127*
Etiqad dəyərlərinin utilitar dəyərlərlə müqayisəsi *128*
Ailənin aqro-modeli *132*
Tapşırıqlar *133*

Üçüncü fəsil
Tərbiyə işi: məqsədlərin düzgün seçilməsi
Tərbiyə işində ilk addım: məqsədlərin müəyyən edilməsi *140*
Məqsədlərə yaxından baxış *144*
Qəhvə və ailə prioritetləri *150*
Nəticə *152*
Tapşırıqlar *154*

Dördüncü fəsil
Ən mühüm məqsəd: Allahı sevən övladlar yetişdirmək
Giriş *159*
Uşaqlarımıza imanı necə aşılaya bilərik? *160*
Özünəyüklənmə və ictimai işlərdə tapılmama *161*
Şəxsi məsuliyyət hissinin olmamağı *166*
Təhrif olunmuş mədəniyyət: gerilik və xurafat *168*
Balanslaşdırılmış üsul *171*
Uşaqlara Quranı sevməyi öyrədin *173*
Uşaqlara namazı öyrədin *176*
Uşaqlara tövbə etməyi öyrədin *177*
Uşaqlara islam tarixini öyrədin *177*
Uşaqlara ədəb-ərkan öyrədin *179*
Uşaqlarınıza ilk olaraq nə deməlisiniz:
onlar Allahı sevirlər, yoxsa Allah onları sevir? *180*
Tapşırıqlar *182*

Beşinci fəsil
Geniş yayılmış problemlər və səhvlər
Giriş *188*
Valideynlərin başlıca problemləri *188*
Həzrəti Musanın tərbiyəvi nəsihətləri *197*
Nəticə *198*
Tapşırıqlar *199*

Altıncı fəsil
Ümumi səhv təsəvvürlər, gözlənilməz təhlükələr və miflər
Giriş *202*
Geniş yayılmış səhvlərin aşkarlanması *202*
Tərbiyə işi haqqında uydurmalar *207*
Tapşırıqlar *213*

Yeddinci fəsil
İşlər pis gedərsə...
Giriş *216*
Qəzəb, sözə baxmama, isterika və göz yaşı *217*
Sözəbaxmayan uşaqları tərbiyə etmənin bəzi yolları *218*
Hədə-qorxu: övladınız və siz *219*
Əgər uşağınıza hədə-qorxu gəliblərsə, nə etmək lazımdır? *220*
Yeniyetmələr: cavanlıq anlayışının tənqidi *223*
Bizdə və yeniyetmələrdə qəzəb *225*
Hiddət yoluxucudur! *227*
Özümüz və yeniyetmələr üçün nə edə bilərik? *227*
Yaxşı ünsiyyətin bəzi prinsipləri *228*
Tapşırıqlar *231*

II HİSSƏ
Uşaqların inkişafı

Səkkizinci fəsil
Xarakterin formalaşdırılmasını gecikdirmək olmaz
Giriş *238*

İnkişaf mərhələləri *242*
Psixoloji nəzəriyyələrə nə dərəcədə etibar etməliyik? *242*
Quranda insanın inkişaf mərhələləri *245*
Mayalanma, hamiləlik və doğuş möcüzəsi *248*
Böyümə mərhələləri *250*
Mütəxəssislər arasında "güvəc müharibələri" *254*
Yeniyetmələri başa düşmək *261*
İnkişaf mərhələlərindən istifadə *268*
Şərqdə və Qərbdə əzbərləmə praktikası *272*
Tapşırıqlar *274*

Doqquzuncu fəsil
Sağlam uşağa doğru
Giriş *277*
Hamiləlik *278*
Doğuşdan sonra: peyvəndləmə ətrafında mübahisələr *279*
Təmizlik və gigiyena *283*
Sağlamlıq: bəzi islam qaydaları *285*
Qidalanma *290*
Uşaqlar və qidalanma haqqında faktlar *295*
Quranda qidalanma haqqında *304*
Uşaqlar və fiziki məşğələlər *306*
Yuxu *312*
Alkoqol və narkotiklərdən istifadənin qarşısını necə almalı? *316*
Uşaqlar və şirnikdirmə *317*
Uşaqlarda narkotik maddələrdən istifadənin ilk əlamətləri:
valideynlər nə etməlidir? *318*
Zərərli vərdişlərin ailədaxili ünsiyyətə təsiri *323*
Xəstələrə qulluq: dinə müraciət *325*
Qanunları pozmaq *325*

Onuncu fəsil
Əmizdirmə
Giriş *333*
Quranda əmizdirmə *336*
Əmizdirmənin tibbi və psixoloji üstünlükləri *338*
ABŞ-da əmizdirmə və iş yerləri *341*

Müsəlman dünyası və əmizdirmə *342*
Həzrəti Əli və İbn Həzm əmizdirmə haqqında *343*
Əmizdirmə müddəti *344*
Süd verən analara məsləhətlər *345*
Qüvvətli ümmət *347*
Tapşırıqlar *351*

On birinci fəsil
Uşaq beyni: istifadə edin, yoxsa itirəcəksiniz!
Giriş *356*
Əlverişli fürsət *356*
Neyronlar və beyindaxili şəbəkənin inkişafı *358*
Doğuş və musiqi terapiyası *362*
Emosiyalar *363*
Stress beyində emosiya siklini sıradan çıxara bilər *364*
Hərəkətlər *365*
Lüğət və uşaqlıqda əzbər *365*
Beyində dəyişikliklər necə baş verir? *366*
Valideynlər uşaqlarla pozitiv ruhda danışmalıdırlar *366*
ABŞ-da məktəbəqədər uşaqlar üçün təhsil proqramı *368*
Valideynlər nə edə bilər? *369*
İslam, musiqi və nəğmə *370*
İbn Sina əmizdirmə və musiqi haqqında *372*
İslamda rəssamlıq və heykəltəraşlıq *373*
Uşaqlarda beynin inkişafı *374*
Hisslər zəkaya necə üstün gəlir? *376*
Ana qayğısı çox mühümdür *378*
Bizi olduğumuz hala nə gətirir: təbiətmi, tərbiyəmi, talemi? *379*
Beynin inkişafı: oğlanlar və qızlara emosional təsir *382*
Müvəffəqiyyətin əsasını beş yaşdan əvvəl
qoymaq mümkündürmü? *383*
Tapşırıqlar *385*

On ikinci fəsil
Oğlanlar və qızlar: bir-birindən fərqli deyillər ki?
Giriş *387*
Səciyyəvi fərqlər: rasionallıq və emosionallıq *388*

Emosional əlaqə *392*
Duyğular *392*
Status *393*
Mimika *394*
Oğlanlar və qızlara dair ənənəvi stereotiplər *395*
Qəm-qüssə *395*
Cinsi əlaqəyə olan tələbat *396*
Gender fərqlərindəki hikmət *396*
Amerikalı kişi və qadınların prioritetləri *399*
Gender fərqləri nə vaxt yaranır? *401*
Kişiyəoxşar qadınlar və qadınaoxşar kişilər *403*
Cins baxımından valideynin statusu *405*
Tarazlıqmı pozulub? *406*
Ata qayğısı haqqında uydurmalar və reallıqlar *407*
Atasızlığın uşaqlara təsiri *409*
Oğlan və qızların fərqli tələbatları *410*
Balaca qızlara nə lazımdır? *410*
Balaca oğlanlara nə lazımdır? *412*
Gender fərqlərinə reaksiyalar *414*
Cins və temperament: məfhumların səhv salınması *414*
Qızlar və oğlanlar öyrənmək baxımından fərqlidirlər *417*
Oğlan və qızların ayrı-ayrı siniflərdə oxuması *420*
Düz yol Allahın yoludur: Çin, Almaniya və Hindistan nümunələri *427*
Tapşırıqlar *429*

On üçüncü fəsil
Cinsi əlaqə və cinsi tərbiyə: uşaqlara nə deməli?
Giriş *433*
Cinsi tərbiyə nədir? *433*
Amerika təcrübəsi *434*
Bacarıqlı professor ABŞ-ı nə üçün tərk etdi? *439*
ABŞ-da bəzi ana və qızların cinsi əlaqə təsəvvürləri *439*
Dəyərlər və seks: dünən və bu gün *440*
Uşaqlara cinsi tərbiyə nə üçün lazımdır? *443*
Uşaqlara nələri öyrətməliyik? *446*
Cinsi sui-istifadə: nə dərəcədə təhlükəlidir? *447*
İbrahimi təlimlər zinanı qadağan edir *451*
Zinaya görə verilən cəzanın məntiqi əsası *452*

Cinsi əlaqə ilə keçən xəstəliklər *453*
"Gölfrend" – "boyfrend" münasibətləri *455*
Uşaqlar uşaq dünyaya gətirir:
islama görə abort və övladlığagötürmə *458*
Homoseksuallıq və valideynlər *463*
İslamda cinsi tərbiyə *468*
Uşaqları qarşısında valideynlərin vəzifələri *471*
Cinsi əlaqə və gigiyena *472*
Yeniyetmələr və bakirlik *474*
Cinsi əlaqə probleminin islamda həlli: preventiv tədbirlər xəritəsi *476*
Dilemma: təhsil sistemi erkən nikahların əleyhinədir *491*
Uşaqları cinsi təcavüzdən qorumaq *494*
Müsəlman cinsi təhsili üçün tədris planı *500*
Tapşırıqlar *503*

III HİSSƏ
Xarakter və şəxsiyyətin formalaşması

On dördüncü fəsil
Xarakter və individuallıq
Giriş *509*
Xarakter nədir? *510*
Xarakterin formalaşması *513*
Xarakter səthi olmayıb, köklü məsələdir *515*
Şəxsiyyət nədir? *515*
Tapşırıqlar *517*

On beşinci fəsil
Cəsarət aşılayaq
Giriş *520*
Cəsarət və qorxunun baza prinsipləri *522*
Uşaqlarda qorxu hissinin inkişafı *526*
Uşaqlara mənəvi şücaət aşılamaq lazımdır *528*
Cəsarət və itaət *529*
Həmyaşıdların təzyiqi *530*
Valideynlər, cəsurluq və mədəni təcrübə *532*
Qorxaqlıq, yoxsa utancaqlıq? *534*
Tapşırıqlar *535*

On altıncı fəsil
Sevgi öyrədək
Giriş *542*
Emosional səlahiyyət prinsipləri *544*
Sevgi: Quranda yaradıcı zəka anlayışı *545*
Valideynlərə faydalı məsləhətlər *549*
Uşaq: "Sənə nifrət edirəm!" – deyərsə *550*
İlk uşaq *551*
Nə üçün valideynlər öz uşaqlarını sevirlər? *553*
Aktyorlara sevgi, pis oyuna nifrət! *553*
Sevgi və özünəinam *554*
Şəfqət hissini inkişaf etdirməyin praktik yolları *555*
Uşağın özünü sevimli hiss etməsi üçün... *558*
Valideyn nifrət hissi aşılamalıdırmı? *559*
Tapşırıqlar *560*

On yeddinci fəsil
Düzlük və sədaqət öyrədək
Giriş *563*
Etibar edin, amma nəzarətdə saxlayın! *564*
Əsas prinsiplər *566*
Xarakterin dünyagörüşü ilə bütövləşməsi *568*
Uşaqlar nə üçün yalan danışır?
Yalana necə reaksiya vermək lazımdır? *570*
Peyğəmbərin yalanla mübarizə metodu *574*
Tapşırıqlar *575*

On səkkizinci fəsil
Məsuliyyət aşılayaq
Giriş *578*
Özülün qoyulması: dünyagörüşü və ətrafa münasibət *580*
İnkişafın müxtəlif mərhələlərindəki imkanlar *582*
Möhkəmləndirilməsi zəruri sayılan prinsiplər *585*
Əməli təkliflər *589*
İmtiyaz və məsuliyyətin əlaqələndirilməsi *592*
Tapşırıqlar *595*

On doqquzuncu fəsil
Uşaqları sərbəst ruhda böyüdək
Giriş *599*
Uydurma *602*
Yaş nailiyyətləri *603*
İmkan verin, balacalar öz yolları ilə getsinlər *604*
Ayrılıq: ifrat asılılıqla necə baş etməli? *605*
Yeniyetmələr reallığın parçasıdırlar *606*
Tərbiyə tərzinin təsiri: avtoritet (nüfuz) gücə qarşı *609*
Uşaqlarda özünəinamı möhkəmləndirmə vərdişləri *612*
Uşaqlara seçim etməyə imkan verin *615*
Valideynlərə tövsiyələr *619*
Məsləhət, yoxsa özünəinam? *621*
Qızınızı hicab geyinməyə məcbur edirsinizmi? *625*
Əgər uşağın dostlarından valideynin xoşu gəlmirsə *625*
Tapşırıqlar *629*

İyirminci fəsil
Yaradıcı uşaqlar böyüdək
Giriş *633*
Yaradıcı inkişafa dair məsləhətlər *635*
Rədd edilmiş kəşflər *638*
Yaradıcılıq həvəsini öldürmək necə də asandır *640*
Yaradıcılığa əngəl yaradan mənfi yanaşmalar *640*
Yaradıcılığı inkişaf etdirmə yolları *644*
“Səmərəsiz” ideyalar *647*
Valideynlər nə edə bilərlər? *648*
Oyuncaqlar haqqında *649*
Tapşırıqlar *652*

İyirmi birinci fəsil
Şəxsi ləyaqət hissi və ərköyünlük
Giriş *657*
Ərköyün uşaqlar böyütməkdən çəkinin *659*
Göz yaşlarının silah kimi istifadə edilməsinə icazə verməyin *661*
Tapşırıqlar *662*

İyirmi ikinci fəsil
Uşağınızın dostları
Giriş *667*
"Pis dost" nəyə səbəb olur? *670*
Məktəbdə gündəlik təzyiq *670*
Yaxşı dostlar seçmək *671*
Uşağın dostları xoşunuza gəlmirsə... *672*
Nə üçün yeniyetmələr bir-birini cəzb edir? *674*
Qeyri-münasib mühit *676*
Tapşırıqlar *678*

İyirmi üçüncü fəsil
Televizor, video və kompüter oyunlarının dağıdıcı təsiri
Giriş *682*
Valideynlər üçün sorğu vərəqəsi *682*
Televizorun mənfi təsirləri *684*
Televiziyadan əvvəlki dövr *686*
Televizora “yox” deyəkmi? *690*
Televizor asılılığından xilas olmağın yolları *692*
Televiziya haqqında faktlar *693*
Televiziya mədəniyyətimiz *694*
Evimizdəki yad qonaq *696*
Televizora baxmaq vərdişimizi necə dəyişə bilərik? *697*
Televizor barədə xəbərdarlıq *698*
Televizora baxmağın alternativləri *700*
Daha ciddi variantlar *703*
İnternetdən ifrat istifadənin zərərləri *707*
Kompüter oyunları *707*
Video-oyunlar və uşaqlar *708*
Nəticə *711*
Tapşırıqlar *712*

I HİSSƏ

Valideyn-uşaq münasibətləri

Birinci fəsil
Yaxşı valideyn olmaq: nədən başlamalı?

İkinci fəsil
Ailə institutu: əhəmiyyəti və funksiyaları

Üçüncü fəsil
Tərbiyə işi: məqsədlərin düzgün seçilməsi

Dördüncü fəsil
Ən mühüm məqsəd: Allahı sevən övladlar yetişdirmək

Beşinci fəsil
Geniş yayılmış problemlər və səhvlər

Altıncı fəsil
Ümumi səhv təsəvvürlər, gözlənilməz təhlükələr və miflər

Yeddinci fəsil
İşlər pis gedərsə...

Birinci fəsil

Yaxşı valideyn olmaq: nədən başlamalı?

Giriş
Uşaqların inkişaf mərhələləri
Uşaqları necə tərbiyə edirik: tərbiyə üsulları
Avtoritar tərbiyə üsulu haqqında: zorakılıq və qorxutma fəlsəfəsi
Tərbiyə üsulu nədən xəbər verir?
Tərbiyə işinə başlamaq: vəzifəyə ümumi baxış
Uşaqlarla vaxt keçirmək
Mütəxəssis məsləhətinə müraciət
Tərbiyə mövzusu məktəblərdə tədris edilməlidirmi?
Britaniya məktəblərində tərbiyə fənninin tədrisi
Uşaqlarımız anormaldırmı?
Uşaqlar bəşəriyyətin gələcəyidir
Tapşırıqlar

Giriş

Harmoniya içərisində yaşayan, fərdləri üçün ədəbərkan və əxlaqla bəzənmiş təhlükəsiz və rahat mühit təmin edən xoşbəxt ailələr təsadüfən meydana çıxmır. Belə ailələr möhkəm ailədaxili əlaqələrin yaranması üçün valideynlərin çəkdiyi zəhmət və əziyyətin səmərəsidir.

Düzgün tərbiyə uzunmüddətli sərmayə hesab olunur. O, psixoloji, mənəvi və fiziki cəhətdən sağlam uşaqların yetişdirilməsində uğurun əsasını əmələ gətirir.

Düzgün qurulan tərbiyə sevgi ilə dolu "isti" mühitin formalaşmasında mühüm rol oynayır. Valideyn-övlad yaxınlığını təmin edən ailədaxili münasibətlərin möhkəmlənməsində düzgün tərbiyənin rolu danılmazdır.

Aktiv ünsiyyət valideynlə övladları arasında müsbət qarşılıqlı təsirin nəticəsində yaranır. Belə müsbət qarşılıqlı təsir öz növbəsində uşaqları seçilib fərqlənməyə həvəsləndirir. Halbuki uşaqları tənqid etmək və qabaqcadan məzəmmətləmək səmərəli üsul deyildir.

Müasir dövrdə İslam dünyasının ən aşkar problemlərindən biri düzgün valideyn tərbiyəsi ilə əlaqəlidir. Bu ona görədir ki, valideynlərin böyük əksəriyyətinin tərbiyə təhsili yoxdur. Odur ki lazımi bilik, bacarıq və təcrübəyə sahib deyillər. Onlar övladlarını tərbiyə edərkən atadanqalma adətlərə söykənən ümumi məntiqi əsas götürürlər. Bu "atalar" isə ya bisavad olmuşlar, ya da valideyn tərbiyəsi onların nəzərində tam başqa məna kəsb etmişdir.

Bu sahədə təhsil alanlar olsa da, onlar Qərbin mədəni dəyərlərini kor-koranə təqlid edirlər. Başqa insanları və ya qonşularını təqlid edənlərlə yanaşı, həyata keçməmiş arzularını övladları vasitəsilə gerçəkləşdirməyə cəhd göstərən valideynlər də vardır. Elə valideynlərə də rast gəlirik ki, ya dərrakələri çatmadığı üçün öz vəzifə borclarını yerinə yetirmir, ya da vaxtları olmadığından bu işi mürəbbilərə, tərbiyəçilərə, qohum-əqrəbaya

həvalə edirlər. Bununla da, televiziya kanalları, kompüter oyunları və internet öz "işi"ni görür. Bu vəziyyət neftlə zəngin bəzi dövlətlər üçün səciyyəvidir. Mürəbbi və xidmətçilər tutmaq böyük səhv olub, uşaqların şəxsiyyətinə mənfi təsir göstərir.

Bu kitab valideynlərə kömək edəcəkdir. Bu məqsədlə məlum problemlərin həlli yolları göstərilmiş, valideynlərin yol verdikləri səhvlərin azaldılması istiqamətində təkliflər irəli sürülmüşdür. Əslində bu kitab tərbiyə sahəsində yol verilən səhvlərin böyük hissəsinin qarşısını alan "sığortalama" funksiyasını yerinə yetirir.

Valideynin oynadığı rola, övladları üzərindəki təsirinə baxmayaraq, təəssüf ki, bu rol düşünmə və hazırlıq tələb etməyən aksiomatik-instinktik məsələ hesab olunur. Neçə nəfərimiz bu məsələ haqqında ciddi şəkildə düşünmüşdür? Əgər düşünsək, görəcəyik ki, tərbiyə işi xüsusi bacarıq və strategiya tələb edir.

Aşağıdakı suallara nəzər salaq:

O hansı işdir ki, psixologiyanı, idarəetməni, sosiologiyanı, antropologiyanı, feldşerliyi, bişirib-düşürmə və ünsiyyət sənətini bilməyi bizdən tələb edir?

O hansı işdir ki, xüsusi təhsil və ya lisenziya tələb etmir?

Düzgün öyrənilməyən, daha çox səhlənkarlığa tuş gələn iş hansıdır?

O hansı işdir ki, pis rəftar və zorakılıqla müşayiət olunur?

İnsanların həyatına, hətta yeniyetməlikdən sonrakı on illər ərzində təsir göstərən iş hansıdır?

Bütün bu sualların bir cavabı vardır: uşaq tərbiyəsi.

Bir mexanikə, yaxud elektrik mühəndisinə, ya da bir həkimə o halda iş verərik ki, bacarıqlı və hazırlıqlı olsun. Halbuki çoxumuz yüksək hazırlıq keçmədən valideyn oluruq!

Təxminən on altı il təhsil alırıq ki, peşə sahibi olaq. Halbuki, hətta yeniyetməlik dövründə işin ciddiliyini nəzərə almadan asanlıqla valideyn oluruq.

Avtomobil, motosiklet və ya təyyarə sürmək üçün sürücülük vəsiqəsi almağın zəruriliyini başa düşdüyümüz halda tərbiyə işində bu zəruriliyi nəzərdən qaçırırıq.

Əksəriyyətimiz uşaqları tərbiyə zamanı nə edir? Valideyn tərbiyəsinə dair nəzəriyyə və tövsiyələrin çoxluğuna, bu məlumatları əldə etmənin asan olmağına baxmayaraq, bu işə lazımi diqqət göstərilmir, etinasızlıq baş alıb gedir. Ata və analar elə hesab edirlər ki, bu nəzəriyyə və tövsiyələr olmadan da övladlarına yaxşı tərbiyə verə biləcəklər. Onların bu sahədə gördüyü işlər çox cüzidir: məktəblərdə valideyn iclaslarına gəlməklə, problemə ümumi şəkildə nəzər salmaqla, övladlarının yanında olduqlarını isbatlamaq üçün sinifdənkənar məşğələlərdə iştirak etməklə kifayətlənirlər. Yəni, etdikləri şey formaldır, cüzidir; onlar bundan artığını etmək istəmirlər.

Fayda gətirəcək hərtərəfli nümunə mövcud olmasa da, məqsədimizə çatmada bizə kömək olacaq praktik əməliyyatlar da yox deyildir. İşin içərisinə daxil olduqda görəcəyik ki, tərbiyə prosesi həmişə davam edir; biz bu prosesi ləngidə bilmərik; əksinə, onu tamamlamalıyıq.

Uşaqlarınızı doğru şəkildə tərbiyə etmək üçün qısa yollar axtarmayın, çünki onlar mövcud deyildir.

"Evlənməzdən əvvəl uşaq tərbiyəsinə dair altı nəzəriyyəm vardı. İndi altı uşağım var, amma əlimdə heç bir nəzəriyyə qalmayıb"
(Roçester qrafı Con Vilmont (Braun, 1994).

Uşaqların inkişaf mərhələləri

Gəlin bu mövzunu uşaqlarda inkişaf və böyümə mərhələlərinə dair bildiklərimiz əsasında müzakirə edək. Valideynlərin bu mərhələlər haqqında məlumata sahib olmaları çox mühümdür. Çünki hər mərhələyə uyğun olaraq uşaqların ehtiyac və tələbatları dəyişir.

Uşaqlarda inkişaf aşağıdakı mərhələlərdən keçir: çağalıq, uşaqlıq və məktəbəqədər mərhələ (7 yaşa qədər); yeniyetməlikdən əvvəlki mərhələ (8-11 yaşlar); yeniyetməlik mərhələsi (12-14 yaşlar); həddi-buluğ mərhələsi (15-22 yaşlar).

Valideynlər hər bir mərhələdə övladlarının fiziki, psixoloji, sosial və emosional tələbatlarını nəzərə almalıdırlar.

Uşaqlar tam asılılıq (bağlılıq) mərhələsindən tam sərbəstlik mərhələsinə keçdiklərində valideynləri ilə aralarında qarşılıqlı etimad olmalıdır.

Uşaqlarda müxtəlif dəyişikliklər baş verdikdə atacağımız ən səmərəli addım onlarla dialoq qurmaq, müzakirə və danışıq aparmaqdır.

Mütəxəssislər bildirir ki, valideynlərlə övladları arasında adətən hakimiyyət və resurslar uğrunda mübarizə gedir. Yəni, biri digərinə nəzarət etmək istəyir. Resurslara (pul, yer, vaxt...) gəlincə, onların bölüşdürülməsi ətrafında tərəflərin fikirləri üst-üstə düşmür.

Yeniyetməlik mərhələsində uşaqların valideyndən asılılığı azalır. Bu üzdən valideynlər uşaqlarına sərf etdikləri enerjini öz şəxsi həyatlarına istiqamətləndirməlidirlər. Elə ki valideynlər ahıllaşdılar, balans dəyişir: valideyn asılı, övlad isə müstəqil tərəfə çevrilir. Əslində onlar yenə də bir-birindən asılıdırlar. Bu o halda baş verir ki, onlar bir-birinə nəsihət verib diqqət göstərir, bir-biri ilə məsləhətləşirlər.

Uşaqları necə tərbiyə edirik: tərbiyə üsulları

Uşaq tərbiyəsinin üsulları valideyndən valideynə dəyişir. Bu üsulları dörd əsas bənddə göstərmək mümkündür:

1. Hökmranlıq (avtoritar-diktator) üsulu. Bu üsuldan istifadə edən valideynlər uşaqlardan onlara itaət göstərmələrini israrla tələb edir, onları asilik göstərdiklərində bərk cəzalandırırlar.

2. Qətiyyət üsulu. Bu üsula müraciət edən valideynlər həm uşaqlarının istəklərini yerinə yetirir, həm də onlardan sözəbaxanlıq gözləyirlər. Onlar verdikləri əmr və göstərişləri, qoyduqları qaydaları övladlarına izah edirlər. Onlara başa salırlar ki, bu əmr və göstərişlər nə üçündür. Uşaqlar da öz növbəsində öyrənmiş olurlar ki, valideynlərinin istək və qaydaları kortəbii, zorakı və mənasız deyildir.

3. Liberal üsul. Belə valideynlər övladlarına istədiklərini etməyə icazə verir, aralarında baş vermiş münaqişələri tez unudurlar. Laqeyd valideynlər övladlarının istəklərinə tabe olurlar.

4. Məşvərət-demokratiya üsulu. Bu cür valideynlər övladları ilə razılıq əldə etməyə cəhd göstərir, qərarları onlarla birlikdə qəbul edirlər.

Onu da deyək ki, sosioloqlar qətiyyət üsuluna üstünlük verirlər. Biz də müəyyən etməliyik ki, bu dörd üsuldan hansını və nə üçün seçmişik. Özünütəhlil imkan verəcəkdir ki, tərbiyə üsulumuza yenidən nəzər salaq, müsbət tərəflərini inkişaf etdirək.

Avtoritar tərbiyə üsulu haqqında: zorakılıq və qorxutma fəlsəfəsi

Bəzi müsəlman valideynlərdə belə bir qənaət formalaşıb ki, avtoritar tərbiyə üsulu sözəbaxmayan uşaqların yola gətirilməsində səmərəlidir. Bu qənaət müsbət davranışlara həvəs yaratmaq əvəzinə əsas diqqəti səhv hərəkətlərin qadağan edilməsinə verən valideyn düşüncəsinin məhsuludur. Bu valideynlər ailə üzvləri arasında harmoniya yaratmaq üçün qorxutma və sərt nəzarət üsuluna əl atırlar. Nəticə etibarı ilə uşaqlarda cəmiyyətə qarşı antipatiya yaranır. Bunun cəmiyyətə təsiri böyükdür. Buna görə də biz kitabımızda bu üsula xüsusi yer ayırmışıq.

Ümumiyyətlə, müsəlman valideynlərə tərbiyə işində zorakılıq etmək, öz nüfuzunu qəbul etdirmək, müzakirə, dialoq və məşvərəti məhdudlaşdırmaq xasdır. Nəticədə uşaqların beyninə hələ kiçik yaşlarından avtoritarlıq yeridilir. Avtoritarlıq ailədaxili mühitdən ətrafa: məktəblər və sosial qurumlara yayılır, nəhayət, hökumət dairələrinə, siyasi rejimlərə, dövlətin özünə intiqal edir.

Avtoritar üsula müraciət edən valideynlər adətən ailədə övladlarını hökmranlıqları altına salırlar. Belə bir mühitdə böyüyən böyük qardaşlar kiçik qardaşlara, oğlanlar da qızlara hökmranlıq etməkdən xoşlanırlar. Kişilər də ailədə adətən hegemon və rəhbər mövqe tuturlar. Ailədə ortaq məsuliyyət, məsləhətləşmə anlayışları mövcud olmur. Təbii ki, bütün bunlar Peyğəmbərin ailədə təşviq etdiyi "hamilik" anlayışına ziddir:

"Hər biriniz hamisiniz və rəiyyətinizdən məsulsunuz" (Buxari).

Bu cür valideynlər övladlarına əmr və göstəriş verərkən izaha lüzum görmürlər. Məsələn, onlar övladlarının nəyi edib-etməyəcəklərinə dair siyahılar hazırlayırlar. Uşaqlar bunun səbəbini soruşduqda ənənəvi cavablarla qarşılaşırlar: "Belə lazımdır", "Sənə nə deyirəmsə, onu et. Dediyimi eşitmirsənmi", "Çox mübahisə etmə".

Elə də olur ki, bu valideynlər davamlı şəkildə sual verən övladlarını töhmət edir, başqalarına hörmət etməməkdə günahlandırırlar. Bəzən də onlar uşaqlarında marağı öldürmək üçün suallara qeyri-dəqiq cavablar verirlər. Bu o demək deyildir ki, həmin valideynlər uşaqlarının qayğısına qalmırlar; əksinə, onları çox sevir, qeydlərinə qalırlar. Amma onları daha çox nəzarət və ciddiyyət maraqlandırır. Belə hərəkətlər despotizm və diktatura ilə nəticələnir. Avtoritar və diktator valideynlər belə hesab edirlər ki, diktatura uşaqları tərbiyə və gələcəyə hazırlamada ideal üsuldur. Onlar fərqinə varmırlar ki, despotizm və diktatura tərbiyə üsulu seçilə bilməz. Çünki belə üsullar uşaqların fiziki, emosional və əqli sağlamlığına zərər verir. Düzgün tərbiyə üçün uşaqları müzakirə işinə cəlb etmək lazımdır. Uca və Pak Allah buyurur:

> *"(Ya rəsulum!) Allahın mərhəməti səbəbinə sən onlarla (döyüşdən qaçıb sonra yanına qayıdanlarla) yumşaq rəftar etdin. Əgər qaba, sərt ürəkli olsaydın, əlbəttə, onlar sənin ətrafından dağılıb gedərdilər. Artıq sən onları əfv et, onlar üçün (Allahdan) bağışlanmaq dilə, işdə onlarla məsləhətləş, qəti qərara gəldikdə isə Allaha təvəkkül et! Həqiqətən, Allah (Ona) təvəkkül edənləri sevər!" (Ali-İmran, 159).*

Avtoritar üsul övladların valideynlərinə görünüşdə ehtiram etmələri ilə nəticələnir. Bu üsul əmr və qorxuya əsaslanır, əminlik və sevgidən uzaq olub içiboşdur. Biz XV fəsildə anadangəlmə və qazanılmış qorxu formaları haqqında təfsilatı ilə danışacağıq.

Avtoritar üsul təhsil sisteminə də keçmişdir. Şagirdlərin müəllimlərə hörməti təhsilə sevgidən deyil, cəzalandırılma və imta-

handan kəsilmə qorxusundan irəli gəlir. Bu da tələbələrin akademik səviyyəsinin aşağı düşməsində böyük rol oynayır. Həmçinin bəzi ölkələrdə təhsil sistemi zorakı-despotik üsula həvəs yaradır. Çünki bu ölkələrdə tədris prosesi fəhm və iştirakçılığa deyil, təkrar və təlqinə əsaslanır. Bu da öz növbəsində diktatura qurumları və despotik sistemlər qurmağa meylli şəxslərin yetişməsinə zəmin hazırlayır. İndiki dövrdə bu cür qurum və sistemlərin vüsət kəsb etməsinin səbəbkarı əsasən həmin valideyn və məktəblərdir. Az qalsın ki, bütün hökumət dairələrində, siyasi partiya və ictimai hərəkatlarda, polis idarələri və orduda, şirkət və zavodlarda despotizm və diktatura hökm sürür, kəsib-tökmə və tərslik zehniyyəti özünü göstərir. Mövcud təhsil sisteminin "səmərə"si kimi meydana çıxmış bu cür cəmiyyətin diktəsinə ancaq az saylı şəxslər tabe olmur. Onlar da özlərini zindan və çəkic arasındakı kimi hiss edirlər. Cəmiyyət belə insanları anormal qəbul edir. Çünki onlar axına əks istiqamətdə üzürlər, elə isə əzab-əziyyət və həmlələrə dözməlidirlər.

Şübhə yoxdur ki, uşaqların psixoloji-hissi tərbiyəsi məsələsində müasir müsəlman zehniyyəti böhran keçirir. Bu böhran ondakı mədəni-intellektual təhrifdən irəli gəlir. Sözügedən təhrif isə metodologiyanın olmamağı, ümmətin övladları arasında parçalanma və bölünmənin geniş yayılması, bilik mübadiləsinin yoxluğu nəticəsində meydana çıxmışdır. Amma uşaqların əziyyət çəkdiyi psixoloji-hissi məhrumiyyətin əsas və mühüm səbəbi düzgün tərbiyə işinə lazımi diqqətin ayrılmamağıdır.

Bir çox müsəlmanın tərbiyə üsulu mədəni Quran metodikası və dünyagörüşünü özündə əks etdirmir, professionallıq və hərtərəfli tədqiqdən uzaqdır. Onlar elmi-tədqiqi və tənqidi metoddan uzaq hərfi-ənənəvi üsuldan istifadə edirlər. Bu formal üsul xurafatlarla, hoqqa ilə, sehr və cin-şeytanla (xortdanla) doldurulmuş üsuldur. Bu səbəbdən belə tərbiyə heç bir səmərə vermir.

Yaxşı başa düşürük ki, Müsəlman ümmətini iflic etmiş fikri ətalət və intellekt böhranının həllində mütəfəkkir və təlim-tərbiyəçilər cavabdehlik daşıyır. Onların rolu mühüm olsa da, bizi sağlam tərbiyə işində valideynlərə yol göstərmək maraqlandı-

rır. Çünki valideynlər onlara təklif olunan həll üsullarından razı qalsalar, uşaqlarını düzgün şəkildə tərbiyə etmək üçün əllərindən gələni edəcəklər. Nəticədə düzgün tərbiyə olunmuş sağlam və müstəqil övladlar yetişəcəkdir. Belə uşaqlar liderlik etməyi bacaracaq, cəmiyyətdə müsbət dəyişikliklərə imza atacaq, ümmətə bəla kəsilmiş tənəzzül və ətaləti canlanma və çiçəklənmə ilə əvəz edəcəklər.

Uşaqları tərbiyə işinin hazırkı bərbad və acınacaqlı vəziyyətini aşağıdakı kimi təsvir edə bilərik:

- Geniş yayılmış savadsızlıq təhsil almağa, müxtəlif bacarıqlar qazanmağa mane olur.
- Geniş vüsət tapmış qorxu mədəniyyəti yaradıcılıq və təşəbbüsə əngəl olan "kölə" zehniyyəti formalaşdırır.
- Kor təqlid, başqalarının göstərişlərinə düşünmədən itaət edən "sürü" zehniyyəti yaradır.
- Ailə daxili və xaricində avtoritar və təzyiq üsullarından istifadə mövcuddur.

Bu və ya digər tərbiyə üsulu ailələr, cəmiyyət və mədəniyyət yarada da, onları dağıda da bilər. Mədəniyyət "binası" bir günə qurulmur və onun inşası hey davam edir. Çünki mədəniyyət davamlı və zəhmətli həyat tərzidir; başlanğıcı olsa da, sonu yoxdur. Çünki mədəniyyət inkişafdır, tərəqqidir. Elə isə mədəniyyət vasitə və üsulların davamlı şəkildə axtarılması və təkmilləşdirilməsi məsələsidir. Bu prinsipdən çıxış edərək, valideynləri tərbiyə işinin cəmiyyət və mədəniyyətə təsiri məsələsi üzərində düşünməyə çağırırıq. Qorxu əsasında tərbiyə olunan uşaqlar riskə getmək və qərar qəbul etməkdən çəkinir, kortəbii itaətkarlığa, acizlik və özünəqapanmaya meylli olur, məsuliyyətdən qaçırlar. Belə uşaqlar sual vermir, müzakirə aparmır, təşəbbüs göstərmir, yaradıcı düşüncəyə sahib olmur, ümumi işlərdə iştirak etməkdən boyun qaçırırlar və onların istənilən hakimiyyət forması ilə üz-üzə gəlməyə cəsarətləri çatmır. Bununla da, cəmiyyəti korrupsiyaya sürükləyən despot və dikta-

tor rejimlər meydana çıxır. Belə tərbiyə nəticəsində uşaqlar ictimai vəzifələrini icra etməkdən kənarda qalır, komanda fəaliyyətinə maraq göstərmirlər. Beləliklə, cəmiyyətin qurulması üçün zəruri sayılan qurumların təsis edilməsi müvəffəqiyyətsizliyə uğrayır.

Avtoritar tərbiyə üsulu gerilik mədəniyyəti – mürtəcelik doğurur. Mürtəce insanlar donuq fikirlərə sahib olurlar. Mürtəce mədəniyyət xurafat mədəniyyəti olub rasional təfəkkürdən uzaqdır. Belə insanlar həyatın müxtəlif sahələrində, ələlxüsus, inkişafın aparıcı "təkər"i sayılan elm və texnologiyada tərəqqiyə qarşıdırlar.

Qızıl əsrlərdə Müsəlman mədəniyyətinin çiçəklənməsi ona görə idi ki, uşaqların tərbiyə edilməsi və düzgün yetişdirilməsinə dair bütün qayda və əsaslar beyinlərdə özünə yer etmişdi. Məsələn, həmin dövrdə südvermə (əmizdirmə) uşaq tərbiyəsinin ayrılmaz hissəsi hesab olunurdu. Bu onu göstərir ki, şəxsiyyətin erkən inkişafı üçün uşaqlara psixoloji-hissi qayğı göstərmək daima diqqət mərkəzində olmuşdur. Sual yaranır: Necə oldu ki, bu əzəmətli mədəniyyət indiki dövrdə belə acınacaqlı vəziyyətə düşüb? Cavab aşkardır: hər şey uşaq tərbiyəsindən asılıdır. Düzgün tərbiyə üsulunu müəyyənləşdirmək tarixən böyük islahatçı hərəkatların diqqətdən qaçırdığı məsələ olmuşdur.

Tərbiyə üsulu nədən xəbər verir?

Valideynlərə münasibətimizlə övladlarımıza verdiyimiz tərbiyə arasında əlaqə vardırmı? Övladları ilə pis rəftar edən valideynlər bildirirlər ki, ata-analaları da balacalıqda onlarla eyni cür davranıblar. Görəsən, müsbət uşaqlıq təcrübəsi bir şəxsin öz övladlarını düzgün şəkildə tərbiyə etməsinə təsir göstərə bilərmi?

Bir ailənin keçmişinin uşaq tərbiyəsinə təsiri haqqında "Vaşinqton ailəsi" (Washington Family) jurnalında dərc olunmuş tədqiqata görə, ata və ya ananın həyatındakı hər bir inkişaf mərhələsi onların seçdikləri tərbiyə üsuluna ümumi təsir göstərir.

Araşdırmalar göstərir ki, uşaqlıq vaxtı atası və ya anasından yaxşı tərbiyə almış şəxslər gələcəkdə həssas və həvəsləndirici valideyn olurlar. Koqnitiv inkişafa kömək edən belə müsbət tərbiyə uşaqlar üç yaşına çatdıqda özünü doğruldur (Baumrind, 2008).

O da məlumdur uşaqlarla ünsiyyətdə atalar analardan fərqlənir. Amma ata və anaların əksəriyyəti uşaqlara şəfqət bəsləmək və nə isə öyrətmək baxımından oxşardırlar. Atalar övladları ilə dinamik oyunlara meyl göstərirlər. Araşdırmalar göstərir ki, hər iki valideyn qız uşaqlarından çox oğlan uşaqları ilə dinamik oyunlarda iştirak edir. Həmçinin valideynlərin təhsil səviyyəsi, bir qayda olaraq, uşaqların məktəbdə necə oxumalarına təsir göstərir. Maraqlıdır ki, atanın təhsili yük-sək olduqca ananın uşaqlara diqqəti artır və o, övladlarına oxumaqda daha çox kömək edir, onları daha çox həvəsləndirir (Ricks, 1985).

Araşdırmalar onu da aşkara çıxarmışdır ki, uşaqları tərbiyə üsulumuz adətən valideynlərimizin üslubunu xatırladır, bəzən də ona zidd olur. Baba və nənələrin yarısı düşünür ki, övladlarının nəvələrini tərbiyə üsulu onlarınkından fərqlənir. Onlar şikayətlənirlər ki, övladları nəvələrini tərbiyədə çox laqeyd və üzüyoladırlar. Nənə və babaların yarısından azı deyir ki, övladları

nəvələrinə çox az hallarda ev işləri tapşırır, onlara daha çox fürsət tanıyırlar (Zogby International, 2006).

Yaxşı valideyn üçün ailədə bir neçə uşağın dünyaya gəlməsi bir fürsətdir. Çünki bu onlara öz tərbiyə üsullarını nəzərdən keçirmək və təkmilləşdirmək imkan verir. Belə valideynlər üçün uşaqlıq illərinin necə keçməsi, ailələrinə xas ənənələr, aldıqları təhsil, gəlirlərinin həcmi əhəmiyyət kəsb etmir. İnkişaf mərhələləri boyu onlar, bəlkə də, əvvəlki üsulları təkrarlayacaq, ya da inkişaf etdirib təkmilləşdirəcəklər.

Valideynlər hər nə qədər övladlarına tərbiyə verib onları nəzarətdə saxlasalar da, uşaqlar sərbəstliyə meyllidirlər. Amma valideyn övladının hərəkətlərinə görə cavabdehlik daşıyır. Valideyn bacardığı qədər dəstək və tərbiyə verməli, amma məcbur etməməlidir. Vaxt gələcək onlar bunun nəticəsini görüb deyəcəklər: "Doğrudan da, biz yaxşı tərbiyəçilər olmuşuq!"

Tərbiyə işinə başlamaq: vəzifəyə ümumi baxış

Yaxşı tərbiyə uşaq doğulmazdan əvvəl başlanır. Evlilikdən əvvəl ən mühüm vəzifə əməlisaleh həyat yoldaşı seçməkdir. Evlilikdən sonraya gəlincə, hamilə ana sağlamlığı və qidalanmasına diqqət yetirməli, özünün və bətnindəki embrionun sağlamlığına zərər verəcək şeylərdən uzaq olmalıdır. Kişi isə hamilə həyat yoldaşının qayğısına qalmalı, onun edəcəyi ev işlərini yüngülləşdirməli, ona bu işlərdə bacardıqca kömək etməli, lazımınca dincəlməsi və yatması üçün şərait yaratmalıdır. Atalar və anaların borcudur ki, onları gözləyən vəzifə haqqında ümumi fikrə gəlsinlər. Onlar uşaqları tərbiyə işində qarşılarına qoyduqları məqsədlərə çatmaq üçün lazımi bilik və bacarıqlara sahib olmalıdırlar. Həmçinin ifrat və laqeydlik baş verməsin deyə uşaq tərbiyəsi zamanı hansı problemlərin yarana biləcəyini

bilmək çox vacibdir. Çünki valideyn uşaq tərbiyəsini yüngül iş sanarsa, özünü buna hazırlaşdırmaz. Həmçinin uşaq tərbiyəsi ona son dərəcə çətin iş kimi görünərsə, çox güman ki, ümidsizliyə düşüb təslim olar. Halbuki son məqamda valideynlərə aydın olur ki, uşaq tərbiyəsi öhdəsindən gələ biləcəyi ən səmərəli, ən maraqlı təcrübələrdən biridir.

İnsan həyatı silsiləvi təcrübələrin məcmusudur. Uşaq tərbiyəsi isə həyatın həm maraqlı və səmərəli, həm də ən müşkül təcrübələrindən biridir. Odur ki biz bu məsələyə romantik təsəvvürlərlə deyil, real yanaşma əsasında nəzər salmalıyıq.

Söz yox ki, valideynlərin həyatı uşaq dünyaya gəldikdən sonra tamamilə dəyişir. Bundan sonra asan olmayan iş başlanır, – bu, uşaq tərbiyəsidir. Özü də bu işi səhv etməkdən sığortalanmayan ata və ana həyata keçirir. Təsəvvür edin ki, uşaqlar valideynlərinin səbrini yoxlamaq üçün səhv hərəkətlərə və yanlış işlərə yol verdikdə ata və ana nələr çəkir; yaxud övladlar valideynlərindən uzaqda olduqda ata və ana iş-güclərini bir kənara atıb hey onları düşünür.

Tərbiyənin müxtəlif mərhələlərində övladlarının bacarıq və potensialına görə valideynlərin ümidsizliyə düşməsinə səbəb yoxdur. Çünki hər bir uşağın öz bacarığı, öz potensialı vardır. Həmçinin ata və analar tərbiyə ilə təkcə özləri məşğul olmamalıdır. Ətrafdakı çox insan uşaqların tərbiyəsində onlara kömək edə bilər. Bunlar müəllimlər, mürəbbilər, qohum-əqrəba, din alimləri və dostlar ola bilər.

Aşağıda hamiləliyin ilk günlərindən valideynlər etməli olduğu məsələlər barədə qısa məlumat veriləcəkdir. Hər şeydən əvvəl, valideynlər tərbiyədə hansı əsas məqsədə çatmaq istədiklərini konkret şəkildə dəqiqləşdirməlidirlər. Bu ona görədir ki, onlar müxtəlif vəziyyətlərdə nəyi edib-etməməli olduqlarını yaxşı bilsinlər, çaşqınlığa düşməsinlər.

Ailə həyatına dair yeni baxışa sahib olmaq istəyirsinizsə, aşağıdakı səkkiz prinsipi diqqətlə öyrənin.

"Övladlarını tərbiyə edərkən daima nəzakətli ol, axmaqlığa və ya bilmədən, yaxşı niyyətlə səhvlərə yol verdiyində sakitləş, narahatlıq keçirmə!"

1. Uşaqların inkişafı uzun və çətin məsələdir.

Əməlisaleh övlad, fəal vətəndaş və gələcəyin liderini tərbiyə etmək zəhmət və illər tələb edən gündəlik əziyyətli işdir. Sevgi, dostluq münasibətləri kəsilə bilir, amma valideyn-övlad münasibətləri qırılmazdır, davamlıdır, kəsilməsi qeyri-mümkündür. Bu münasibətlər ən şiddətli "tufan"lara sinə gərmək iqtidarındadır.

Hələ də yer üzündəki ən davamlı, ən möhkəm əlaqə valideyn-övlad əlaqəsidir.

2. Qarşınıza düzgün məqsədlər qoyun və onlara çatmaq üçün əlinizdən gələni edin.

Qarşımıza qoyduğumuz məqsədlər açıq-aydındırsa, onlara çatmada bizi süstlük və çaşqınlıq bürüməyəcəkdir. Bu zaman biz məqsədə çatmağın yollarını asanlıqla müəyyən edəcəyik (Tərbiyə işinin məqsədlərinə dair cədvəl çəkmişik. Növbəti fəsildə bu mövzunu müzakirə edəcəyik).

Müəyyən məqsədləri olmayan və ya fəaliyyət cədvəli – "yol xəritəsi" olmadan yaşayan valideynlər özləri bilmədən səhvlərə yol verəcəklər. Düzdür, məqsədləri müəyyən etmək səhvlərin baş verməsinin qarşısını almır. Lakin mühümdür ki, səhvlərimizi başa düşüb dərs alaq, ibrət götürək. Nəticədə, daha məsuliyyətli olacağıq!

Məqsədləri müəyyən edərkən bu barədə uşaqlara da məlumat verilməlidir. Övladlarımıza aydın məqsədləri olan təlimatlar vermişikmi? Onlara bizimlə harmoniya içərisində yaşamağı öyrətmişikmi? Uşaqlara onlardan gözlədiklərimizi həyata keçirmələri üçün zəruri bacarıqları aşılamışıqmı?

3. Sizə məlum prinsipləri praktikada yoxlayın, təcrübənizi digər valideynlərlə bölüşün.

Valideynlərin işinə yarayan, onlara yaxşı məsləhətlər verən kitablar çoxdur. Valideynlər tərbiyə işinin ümumi prinsiplərində razılığa gəlsələr də, çox vaxt bu prinsipləri real həyata tətbiq etməyi bacarmırlar. Ya buna təcrübə və bacarıqları çatmır, ya da gündəlik işlərinin çoxluğu və ağırlığı onlara əngəl olur.

Tərbiyə təcrübəsinə başqalarını ortaq etmək üstün bacarıqların qazanılmasında rol oynayır. Çünki uşaq tərbiyəsi olduqca mühüm işdir, odur ki başqalarının iştirakına ehtiyac yaranır.

Təkəbbür və təkbaşına tərbiyənin öz mənfi nəticələri vardır.

4. Nümunəvi olun və övladlarınıza özünəinam aşılayın.

Uşaqlar ehtiram, comərdlik, cəsurluq, dəqiqlik, sevgi, şəfqət, ünsiyyət və məsuliyyət kimi dəyərləri ilk yuvada – evdə öyrənirlər. Uşaqlara özünəinam aşılamaq çox mühümdür. Nəticədə, onlar şəxsi işlərində başqalarından asılı olmur, özlərinə güvənirlər.

Yaxşı insan olmaq üçün uşaqlara valideynlərin nəsihət və tövsiyəsi kifayət etmir. Odur ki onlara nümunə olmalı, məhz bu əsasda onları tərbiyə etməliyik. Çünki nümunəvilik mühazirə oxumaqdan, göstəriş və məsləhət verməkdən daha çox təsirə sahibdir.

5. Övladlarınıza yaxşını pisdən ayırmağı öyrədin.

Çox vaxt valideynlər başqa uşaqların yanlış hərəkət etdiyini gördükdə deyirlər: “Bizim uşaq bunu heç vaxt etməz; Övladımız başqalarından fərqlənir!”

Uşaqlarımızın əsla səhv etməyəcəklərini, müvəffəqiyyət quşuna anadangəlmə sahib olduqlarını düşünməyimiz doğru deyildir. Görəndə ki, onlar istəklərimizin əksinə hərəkət

edirlər, təəccüblənmə-məliyik. Çünki onlar ətrafımızdakı digər uşaqlardan fərqli deyillər. Hər birimiz Adəm və Həvvadanıq, eyni genləri daşıyırıq. Hər birimiz səhvi düzdən ayıra bilirik, idrak səviyyəmizə uyğun fəaliyyət göstəririk. Həmçinin hər birimizin səhv etməsi mümkündür, çünki oxşar problemlərlə qarşılaşırıq, ox-şar mühitlərdə yaşayırıq. Aramızdakı yeganə fərq budur ki, bəzimiz daha çox səhv edir, bəzimiz isə – az; bəzimiz tövbə edir, səhvlərini düzəldir, bəzimiz isə israrla eyni səhvi təkrarlayır. Bu səbəbdən biz bir çox oxşar təcrübə ilə qarşılaşırıq. Həyatımızda başqa insanların təcrübədən keçirmədikləri çox az şey vardır.

6. İnkişaf etmək üçün çalışın, uşaqlarınıza müsbət keyfiyyətlər aşılayın.

Əsl bəşər mədəniyyətinin yaranmağı lazımi qurumlar əsasında baş vermişdir. Bu qurumlar xudbinlik, ehtiras və korrupsiyadan uzaq dürüst şəxsiyyətə sahib şəxslərdən ibarət olmalıdır. Təvazökarlıq, dürüstlük və başqalarına sevgi bu insanların səciyyəvi xüsusiyyətlərini əmələ gətirir. Yaxşı xarakter nadirən özözünə yaranır. Amma o, bir qayda olaraq, xoşbəxt ailə, stabil mühit və yaxşı valideynlərin "məhsul"u hesab olunur.

7. Dialoq mədəniyyətini inkişaf etdirin.

Övladlarınızla həmişə və hər şey barəsində söhbət edin. Məsələn, onlara günorta nə etdiyinizi danışın. Bir məsələyə dair düşüncələrinizi onlarla bölüşün. Yaxud onlardan nə düşündüklərini soruşun, söhbəti bu məzmunda qurun. Uşaqların öz fikirlərini ifadə etməyi öyrənmələri çox mühümdür.

Ünsiyyət prioritetlərinizdən biri olsun. Onları yaxından tanıyın, onlarla üzbəüz oturun, düşüncələrinə hörmət edin, ünsiyyəti möhkəmlədin. Bütün bunlar onlarda nitq və ifadə bacarığını inkişaf etdirəcəkdir. Övladlarınızı danışmağa həvəsləndirin, televizor, internet, kompüter oyunları ilə özünüzü onlardan təcrid etməyin. Əks halda, qapalılıq, mənfi davranma və diqqətsizlik üzündən onlar sizdən uzaqlaşacaqlar. Televi-

zora ifrat bağlılığın mənfi nəticələri haqqında ayrıca fəsildə danışılacaqdır.

Uşaqlarla ünsiyyət dedikdə, həm də ciddi müzakirələr və zarafatlaşma başa düşülür. Valideynlər övladları ilə zarafat edib oynamalıdırlar. Bu, uşaqlarda fərəh hissi yaradır, usanmanı aradan qaldırır. Atalar və analar övladlarını yetişdirmək üçün vaxtlarının çoxunu sərf edir, amma onlara fərəh bəxş etməyi unudurlar. Təəssüf ki, bu, həm valideyn, həm də övlad üçün eyni dərəcədə itki deməkdir.

Uşaqların öz dünyası vardır. Onlar oynamaq, sevinmək, xoşbəxt olmaq istəyirlər. Buna baxmayaraq, valideynləri darıxdırıcı görmək təəssüf doğurur. Ətrafa hüzn saçan bu valideynlər övladları ilə gəzməyə getmək, oynamaq və əylənməkdənsə televizor qarşısında oturmağa üstünlük verirlər. Uşaqlar gərgin və narahat həyata yüngüllük bəxş edən "məlhəm"dirlər. Çünki onlar valideynlərini, qısa müddət də olsa, bu gərgin həyatdan öz məsum dünyalarına daşımağı bacarırlar. Bu vəziyyət hər iki tərəf üçün çox şey ifadə edir.

Bəzi valideynlər elə hesab edir ki, uşaqlarla oynamaq onların ciddiyyətini azaldır, həyatda nailiyyət qazanmalarına əngəl olur. Bu, təbii ki, doğru deyildir. Çünki valideynlər övladları ilə güldükdə onlara inam və cəsarət aşılayırlar. Nəticədə gərgin və sərt həyat yüngülləşir, tərəflər arasında sevgi əlaqəsi yaranır və uşaqlar özlərini heç bir tərəddüd keçirmədən ifadə etməyə həvəs göstərirlər. Zarafatlaşma valideyn və övlad arasında qarşılıqlı əlaqənin, təsirin başlıca elementidir.

8. Tərbiyə işindən həzz alın.

Bu bənd yuxarıda deyilənlərlə əlaqəlidir. Valideynlərdən tələb olunur ki, tərbiyə işindən həzz almaq üçün yuxarıda deyilənlərə əməl etsinlər, özü də bunu mehribanlıqla, sevinclə etsinlər. Bəzi valideynlər ancaq nəticəni düşünür, tərbiyə prosesindən həzz almağı unudurlar. Yaxşı tərbiyə böyük vəzifədir, amma tərbiyə prosesinin özü nəticə əldə etmək qədər mühümdür.

Uşaqlarla VAXT KEÇİRMƏK

Bir çox valideyn iddia edir ki, vaxtlarının çoxunu övladları ilə səmərəli keçirirlər. Əslində bu valideynlər övladları ilə deyil, onlarla eyni məkandadırlar. Məsələn, onlarla eyni otaqdadırlar, amma televizora baxır, kitab oxuyur, telefonla danışır, elektron poçtlarını yoxlayır, qonaqlarla söhbət edirlər.
Uşaqlarla aktiv vaxt keçirmək lazımdır. Birlikdə kitab oxuya, idman edə, yarış keçirə, tapmacaya cavab tapa, yemək bişirə, yemək yeyə, müzakirə apara, yüyürərək gəzə, zarafatlaşa, alışverişə çıxa, paltar və qabları yuya bilərsiniz. Bütün bunlar uşaqlarla səmərəli və maraqlı vaxt keçirməyə misaldır.
Bu minvalla, övladlarımızla səmərəli və aktiv vaxt keçirmiş oluruq.

Heç kim bu işdə ata və ananı ƏVƏZ EDƏ BİLMƏZ!

Həsən ət-Talib

Mütəxəssis məsləhətinə müraciət

Mütəxəssis rəyi və məsləhətlərinə dair kitablarla tanış olmaq bizə tərbiyə işində kömək edə bilər.

Qərb mənbələrinə qarşı müsəlman mənbələri

Qərbdə tərbiyə işindən bəhs edən əsərlər geniş yayılmışdır. Tərbiyə prosesinin səmərəliliyi üçün mənbə və məlumatları oxuculara təqdim edən indeks kitablar, kitabxana və saytlar mövcuddur.

Aidiyyəti kitabxanalar	**Kitabların sayı**
Konqres kitabxanası	2464
Altı Amerika Universiteti Birliyi	3215
"Fairfax Country" kitabxanası (Virciniya)	432
Kanada Milli Kitabxanası	362

Mənbələr:
Konqres kitabxanası (ABŞ): www.loc.gov
"Fairfax Country" kitabxanası:
www.fairfaxcountry.gov
Kitabxana və arxiv (Kanada):
www.collectionscanada.gc.ca

Bəs müsəlman valideynlər tərbiyə işinə dair məsləhətləri hansı islam mənbələrindən əldə edə bilərlər? Etiraf edək ki, yaxşı müsəlman mənbələri olduqca azdır. Bu əsərlərin çox az hissəsi uşaqlara əxlaq dəyərləri və meyarlarını aşılamağın praktik yollarından bəhs edir. Həmçinin valideynlər tərbiyə işinə dair klassik əsərlərdən istifadə edərkən bir çox çətinliklə qarşılaşırlar. Çünki həmin kitablarda fərqli dövr və problemlər haqqında danışılır. Həmçinin bu kitablarda təsnifat, indeksləşdirmə və faydalı internet keçidləri çatışmır. Üstəlik, tərbiyə işinə dair məlumatlar fiqh, təfsir, tarix, təsəvvüf poeziyası və moizə kitablarında dağınıq şəkildə mövcuddur.

"Yeniyetməlik yaşında tərbiyə" kitabında professor Zə`bəlavi qeyd edir ki, tərbiyə işinə dair müsəlman ədəbiyyatı çox azdır. Bu kitabların cüzi hissəsi yeniyetməlik dövrünə aiddir. Amerika və Kanada Müsəlman Tələbələri Cəmiyyəti 1973-cü ildə müsəlman uşaqlar üçün ilk rəngləmə kitabı çap etmişdir. Çünki həmin vaxtlarda belə kitablar mövcud deyildi.

Qərbdə yaşayan müsəlman valideynlər uşaq tərbiyəsindən bəhs edən müsəlman ədəbiyyatın azlığından əziyyət çəkirlər. Lester İslam Təşkilatının müdiri professor Mənazir Əhsən qeyd edir ki,

Qərbdəki müsəlman icmaları qurumlar, məscid və məktəblər inşa etsələr də, gənc nəslin formalaşma ehtiyacını ödəyəcək ingilis dilli ədəbiyyat hazırlamağı bacarmamışlar (D. Ouen, 1996).

İslam kitabxanalarında uşaq tərbiyəsi mövzusundan bəhs edən əsərlərə ehtiyac vardır. Nəşr olunmuş əsərlər olduqca azdır. Real tələbat hazır ədəbiyyatdan qat-qat çoxdur. Mövcud ədəbiyyatın böyük hissəsi həddi-buluğa çatanlara xitab edir. Az sayda əsər isə uşaqların inkişafı mövzusuna, yeniyetmələrin psixikası məsələlərinə toxunur. Fəqihlərin qələmə aldığı kitablara da rast gəlirik. Bu kitablar evlilik müqaviləsinin hüquqi tərəfləri, ər, arvad və uşaqların hüquq və vəzifələri, boşanma, mirasın hesablanması mövzularına həsr olunmuşdur. Amma ailə üzvləri arasında insani münasibətlərdən, tərbiyə işinin ictimai, psixoloji və proqressiv tərəflərdən bəhs edən islam ədəbiyyatına tələbat böyükdür.

Ailə problemlərinə cavab axtaran valideyn görəcəkdir ki, bu mövzuya həsr olunmuş mövcud kitabların böyük əksəriyyəti daha çox hüquq, fiqh və şəriət məsələlərindən bəhs edir. Hətta Ərəb ölkələrində orta məktəblərdə tədris olunan tarix kitablarında humanist münasibətlər və şəxsiyyətin inkişafı kimi mövzular öyrənilmir, əsas diqqət siyasi məsələlərə, xalqlar arasında sülh və müharibə qanunlarının tənzimlənməsinə verilir.

Bundan əlavə, islam tarixi kitablarında insana sevgi, Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* uşaqlara ehtiramı, onlarla mehriban davranmağı kimi mövzulara az yer verilib. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* öz oğlan övladlarını tərbiyə edə bilməmişdi, çünki onlar südəmər ikən vəfat etmişdilər. Lakin o *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)*, qızlarına: Fatiməyə, Zeynəbə, Rüqəyyə və Ümmi-Gülsümə tərbiyə vermiş, nəvələri, qohumlarının övladları və başqalarının tərbiyəsində iştirak etmişdi. Qardaşı oğlu Əli ibn əbu Talib və oğulluğu Zeyd ibn Harisəni də tərbiyə etməyi Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* öz boynuna götürmüşdü. Heyrətamizdir ki,

düşmənin davamlı təzyiqinə məruz qalan dövlət və cəmiyyət qurmaqla məşğul olmasına baxmayaraq, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* uşaqlara qayğı və ehtiram göstərir, onlarla mehriban davranırdı.

Peyğəmbərin dövründə tərbiyədə əsas güc qadınlara düşürdü. Müsəlman mənbələrində "Möminlərin anaları" olaraq göstərilən xanımların tərbiyədəki fəaliyyətinə aidiyyəti kitablarda lazımi qədər yer ayrılmayıb. Bu səbəbdən mütəxəssislər Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* xanımları və səhabə qadınların tərbiyə üsuluna dair əsərlər qələmə almalıdırlar. Bu həm ictimai tərəqqidə qadının rolunu artıracaq, həm də islam kitabxanasına qadın tədqiqatları üzrə yeni ədəbiyyat təqdim edəcəkdir. Belə kitablarda, həm də indiki dövrdə liderlər yetişdirmiş qadınların təcrübəsinə yer verilməlidir. Əgər bunu etməsək, "Cənnət anaların ayağı altındadır" sözü səthi məna daşıyacaqdır.

Mövcud müsəlman ədəbiyyatında əsas diqqət tərbiyənin ümumi anlayışlarına verilir. Halbuki tərbiyənin praktik tərəfləri öyrənilməlidir. Təəssüf ki, bu kitablarda uşaqların böyümə mərhələləri və şəxsiyyətin inkişaf dövrləri lazımınca öyrənilmir. Həmçinin praktik mexanizmlərdə, fərqli bacarıq və real nümunələrdə çatışmazlıq vardır. Bütün bunlar öz növbəsində tərbiyə prinsiplərinin valideynlər tərəfindən tətbiq edilməsini çətinləşdirir.

Müsəlman ölkələri müstəmləkəyə çevrildikdə mütəfəkkirlər əsas diqqəti azadlıq mövzusuna vermişdilər. Tərbiyə və təhsil isə ikinci plana keçmişdi. İlk üçlükdə ictimai dəyişiklik, uğurlu idarəetmə və iqtisadi tərəqqi mövzuları qərar tutmuş, tərbiyə haqqında araşdırma aparmaq isə unudulmuşdu. Uzun müddət bu sahədə ciddi araşdırmalar aparılmamışdı. Bununla yanaşı, Tunisdə, Qəyrəvanda yaşamış müsəlman islahatçılar, məsələn: İbn Səhnun, İbn Cəzzar və Əli Qabisi, əsasən, südvermə, cəzalandırma və nizam-intizam, məktəblərin maliyyələşdirilməsi mövzularını araşdırmışdılar. Amma onlar da uşaq psixologiyası, uşaqların inkişafı və valideyn-

lik problemlərinə lazımi diqqət yetirməmişdilər. Bu vəziyyət qismən də olsa izah edir ki, nə üçün böyük islahatçılıq hərəkatları səmimi zəhmət və liderlərin istedadına baxmayaraq, islam mədəniyyətini dirçəldə bilməyiblər. Biz, həqiqətən də, uşaq tərbiyəsi, şəxsiyyətin formalaşdırılması, düzgün tərbiyə, güclü iman və münasib bacarıqlar mövzusuna bələd olmalıyıq ki, çiçəklənən cəmiyyət qurmağı bacaraq. Bu cəmiyyəti qurmaq üçün Quranda peyğəmbərlərdən bəhs edən qissələrdə nümunələr vardır.

Tərbiyə mövzusunu yaxşı başa düşmək imkan verir ki, uşaqlarda erkən yaşlarda liderlik xüsusiyyətlərini formalaşdıra bilək. Bu məqsədlə Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu 2002-ci ildə Küveyt universitetinin professoru Mümtaz Ənvərə tapşırmışdır ki, tərbiyə işi ilə əlaqəli müsəlman mənbələrini araşdırsın. Professor araşdırmasında belə bir nəticəyə gəlmişdi ki, müsəlmanların sanballı tərbiyə kitabları çatışmır, islam dünyasının müxtəlif yerlərində, xüsusən analar arasında bu sahəni öyrənənlərin sayı çox azdır.

Müsəlman valideynlərin böyük əksəriyyəti uşaq tərbiyəsində şəxsi müşahidə və təcrübələrinə əsaslanırlar.

Təbii ki, bu, uşaqların uğurlu tərbiyəsi üçün kafi deyildir. Düzgün tərbiyə mövzusunda keyfiyyətli kitabların naqisliyi açıq-aşkardır. Həmçinin bu işi öyrənmək istəyən valideynlər üçün məşğələlər imkanı yaradılmamışdır. Bununla yanaşı, Müsəlman coğrafiyasında işlənən dillərdə tərbiyə işinə dair yazılmış əsərlərin sayını müəyyənləşdirmək çox çətindir. Lakin bir şeyi dəqiq bilirik ki, belə əsərlər kifayət qədər deyildir. Bu üzdən, şəxsiyyəti formalaşdırıb, əxlaq dəyərlərini aşılayan, cəmiyyətin müasir problemlərini həll edən keyfiyyətli tərbiyə ədəbiyyatının hazırlanmasına ehtiyac vardır.

Quranda peyğəmbərlərin məziyyətləri

Quran ifadələri

صدّيقا [siddiqən] – sözü və əməli dürüst

رؤوف رحيم [raufun rahimun] – mehriban və mərhəmətli

حكما و علما [hukmən və ilmən] – hikmət və bilik

زاده بسطة في العلم و الجسم [zadəhu bəstətən fil-ilmi vəl-cismi] – elm və bədəncə ona üstünlük vermişdir

القوي الأمين [əl-qəviyyul-əmin] – güclü və etibarlı

حفيظ عليم [həfizun alimun] – qoruyanam və bilənəm

Tərbiyə mövzusu məktəblərdə tədris edilməlidirmi?

Əgər tərbiyə məsuliyyətli işdirsə, onda nə üçün məktəb proqramlarına salınmır? Hər on nəfərdən yeddisi hesab edir ki, bu mövzunu öyrənməli və tədris etməliyik (Longfield and Fitzpatrick, 1999).

İkinci Dünya müharibəsindən sonra dünya çox dəyişib. Əvvəllər bir ailənin müxtəlif üzvləri eyni kənddə və ya qəsəbədə yaşayırdılar. Nənələr, babalar, əmilər, dayılar, bibilər, xalalar, böyük qardaşlar bir-birinə yaxın yaşadıqlarından uşaq tərbiyəsində məsləhətlər verir, bu işə kömək edirdilər. İndi isə ailə həyatı daha çətin və problemli hala gəlib. Məsələn, təkvalideynli ailələrin, boşanma hallarının, evdən kənarda işləyən anaların sayı çoxalıb.

Tərbiyə bacarığının "əldən-ələ" ötürülməsi ənənəsi itdiyi üçün "tərbiyə müəllimi"nə ehtiyac yaranmışdır. Görəsən, məktəb bu rolu oynaya bilərmi? Madam ki ikinci uşağı tərbiyə etmək birincini tərbiyə etməkdən asandır və biz bu təcrübəni başqalarına rəsmi və ya qeyri-rəsmi şəkildə ötürürük, onda bu işi məktəbə həvalə edə bilərikmi?

Tərbiyə fənninin tədris edilməsi məntiqi və ağlabatan görünsə də, reallıq bunun əksini deyir. Çünki bir sıra problemlər mövcuddur. Hər şeydən əvvəl, aydınlaşdırmalıyıq ki, bu fənn vasitəsilə tələbələrə nə vermək istəyirik? Daha sonra müəyyən etməliyik ki, bu işdə müəllimin rolu nədən ibarətdir?

Nəzərdə tutulan dərsliklər ailə üzvləri arasındakı mənəvi əlaqəni, hiss və emosiyaları yaşatmalıdır. Belə dərsliklər quru və nəzəri dərsliklərdən fərqlənəcəkdir. Problem burada gizlənir. Çünki ailə həyatı təkcə elm olmayıb, həm də hissdir, münasibət və intimlikdir. Orta məktəblərdə tərbiyə fənninin

tədrisinə qarşı çıxanlar bildirirlər ki, buna ehtiyac yoxdur. Çünki bu fənn hökumətin inhisarındadır, quru rəqəmlərə, hazır qəliblərə (şablonlara) əsaslanır. Nəticədə şəxsi ailə həyatına müdaxilə etmək istəyən tərbiyə qurumları və ya siyasətçilər bu fənnin tədrisi vasitəsilə ailədaxili münasibətlərdə baş verən mürəkkəb hallara qarışacaqlar. Hər halda, valideynlər bilməlidir ki, öz rollarından tərbiyəçi və müəllimlərin xeyrinə əl çəkmək əvəzinə, tərbiyə işində təcrübəli şəxslərdən kömək istəmək daha yaxşıdır.

Hər bir ailə fərqli olduğu üçün valideynlərə tövsiyə olunur ki, başqalarından məsləhət almaqla yanaşı, öz intuisiyalarına, şəxsi təcrübələrinin səsinə qulaq versinlər, şəxsi səhvlərindən dərs çıxarsınlar. Bütün bunlar ailənin daxili quruluşunun qorunub saxlanmasına imkan yaradır.

Valideyn işi, fizika və riyaziyyatın əksinə olaraq, nəzəri mövzu deyildir. Sırf nəzəri fənlərdən dərs deyən bacarıqlı müəllim bəzən praktik tərbiyə fənnini tədris edə bilmir.

Terapevt-psixoloq Donald Vinnikot yazır:
"Peşə həyatımda məsləhət və tövsiyə verməkdən uzaq olmuşam. Həkimlər yaxşı niyyət nümayiş etdirərək, analarla uşaqları, atalarla övladları arasında həssas sərhədi təmin etməlidirlər" (Winnicott, 1992).

Məsləhət verərkən şəxsi ailə həyatına qeyri-münasib formada müdaxilə etmək olmaz. Elə etməliyik ki, təhkimçi və hüquqları qəsb edən tərəf kimi tanınmayaq. Əks halda, uşaqlarda inam azalıb, valideynlərinə məsləhət almaq üçün az hallarda müraciət edəcəklər. Təcrübəsiz müəllimlərin ailədaxili münaqişələrin həllində vasitəçi və ya münsif rolunu oynaması yolverilməzdir.

Bütün bu deyilənlərlə yanaşı, yaxşı hazırlanmış tərbiyə dərsliyində müsbət tərəflər vardır. Bu tərəflərə etinasız yanaşmaq olmaz. Biz ailə qurmaq istəyən gənclərə ailəni formalaşdırarkən məsuliyyətli olmağın əhəmiyyəti ilə yanaşı, bu işə sərf olunacaq vaxt və zəhmətin həcmini də öyrətməliyik.

Aşağıda Britaniyada tərbiyə fənninin tədrisinə dair vəziyyətə toxunacağıq. Yeri gəlmişkən, deyək ki, 1998-ci ildə Malayziya Beynəlxalq İslam Universiteti tələbələr üçün evlilik və tərbiyə fənnini, o cümlədən tərbiyəçi-müəllimlərin yetişdirilməsi ixtisasını təsis etmişdir.

Britaniya məktəblərində tərbiyə fənninin tədrisi

Valideynlər və məktəblər arasında incə və həssas harmoniya qorunub saxlanmalıdır. İcbari dərslər bu harmoniyanı pozmamalıdır. Səhiyyə qurumları və xeyriyyə təşkilatları gənc valideynlərə hamiləlik, doğum, südəmər körpələrə qayğı məsələlərində köməklik göstərsə də, ictimai məsələlər və əxlaq dəyərlərinin öyrədilməsi hələ də mübahisəli mövzu olaraq qalır.

Britaniyada 2000-ci ildən məktəblərdə tərbiyə fənni rəsmi şəkildə tədris olunur. Ailələrin dağılması, uşaqların ancaq bir valideynlə yaşaması Böyük Britaniyada ciddi problem hesab olunur. Bu problem Avropada narahatlıq doğuracaq həddə çatmışdır (Woolf, 1999).

Britaniya hökuməti pedaqoqlar, məmur və psixoloqların təklif etdiyi proqrama əsaslanaraq, fənnin tədrisi zamanı aşağıdakı məsələlərin də öyrənilməsini təklif etmişdir:

- Nikahın əhəmiyyəti
- Evlilik münaqişələrinin həlli yolları
- Uşaqların cəzalandırılması üsulları
- Mağazada uşaqların tərsliyi tutduqda onlarla davranmağın yolları
- Ata və ananın hansı vəzifələri vardır
- Uşaqlara pulla davranmağın yollarını öyrətmək
- Uşaqlara tərifləməklə özünəinam hissini necə aşılamaq olar?
- Sevgi və əmin-amanlıq hissi ilə müqayisədə maddi rifahın əhəmiyyəti vardırmı?
- Hüquqları başa salıb sərbəst ruhda böyütməklə yanaşı məsuliyyət aşılamaq

- Vaxtı necə tənzimləməli?
- Ailə həyatında stressin öhdəsindən necə gəlmək olar? (Burgess, 2009).

Britaniya hökuməti müşahidə etmişdi ki, bu proqram yeniyetmə qızlarda nikahdan kənar hamiləlik hallarının, uşaqlarda cinayətkar davranışların azalmasına kömək edir. Hökumət ona da əmin olmuşdu ki, ailə qaydaları və qanunlarına görə yaşamaq cəmiyyət qanunları ilə yaşamağa və həbs cəzasını zəruri edən qanun pozuntularından uzaq durmağa zəmin hazırlayır.

"Çətin və məşəqqətli olmağına baxmayaraq, tərbiyə işi elə maraqlı təcrübədir ki, əksəriyyətimiz həyatı boyu onu keçir. O, son dərəcə maraqlı və stimullaşdırıcı işdir" (Bətul Tə`mənin yazdığı məktubdan).

.....

Elm metodologiya, təsnifat, strategiya və fərziyyə tələb etdiyi halda, sənət müdriklik, bacarıq, intuisiya, sevgi və məntiq tələb edir.
Uşaq tərbiyəsi həm elmdir, həm sənətdir, həm də mənəvi təcrübədir.

.....

Uşaqlarımız anormaldırmı?
Bəzi valideynlər hesab edir ki, çətin tərbiyə olunduqlarına görə övladları qeyri-adidir.
Bir ana yazır:
"Uşaqlarımız olmazdan əvvəl qonşularımıza yaxşılıq etmək qərarına gəlmişdik. İşə getdiklərində evlərini səliqə-sahmana salmışdıq. Bu onlar üçün sürpriz olmuşdu. Onların üç azyaşlı uşağı vardı. Oyuncaqları çox idi, evin hər tərəfinə səpələnmişdi. Evi altı saat təmizləyib səliqəyə saldıqdan sonra hiss etdik ki, yorulmuşuq. Divanda uzanıb

başımızı yelləyir, uşaqların evi bu cür dağınıq vəziyyətə sala biləcəyini təsəvvür də bilmirdik. Deyirdik: “Bu, normal deyil! Əgər belədirsə, onda uşağımız olmasın!” İki il sonra mənim iki övladım vardı. İndi başa düşürəm ki, bu normaldır. İndi oturduğumuz otağın vəziyyəti də onların mənzilini xatırladır” (Faber and Mazlish, 1982).

Uşaqlar bəşəriyyətin gələcəyidir

- Əgər valideynlər uşağın bir işi görə biləcəyinə inanırlarsa, o bu işi görəcəkdir. Əgər siz uşaqlarınıza: “Siz bunu bacararsınız”, – desəniz, onlar onu edəcəklər. Yox, onlara: “Bunu bacarmazsınız!” – desəniz, onlar da bacarmayacaqlar.
- Millət ailələrdən, kişi və qadınlardan ibarətdir.
- Hər bir uşaq təhlükədədir, deməli, hər bir ailə təhlükədədir.
- Ağıllı olmaq təkcə anadangəlmə xüsusiyyət deyildir, o həm də qazanılan keyfiyyətdir.
- Milləti dəyişmək istəyiriksə, əvvəlcə, evimizi dəyişməliyik.
- Ailəni dəyişmək üçün özümüzü dəyişməliyik.
- Uşaqlar böyüdükcə atanın rolu komandirdən məsləhətçiyə, nəzarətçidən tərbiyəçiyə dəyişməlidir.

“Hər hansı bir xalq öz vəziyyətini dəyişmədikcə, Allah da onun vəziyyətini dəyişməz. Əgər Allah hər hansı bir qövmə bir pislik yetirmək istəsə, onun qarşısı heç cür alına bilməz və Ondan başqa onların heç bir hamisi də olmaz” (ər-Rə`d, 11).

Rəsmi və ya qeyri-rəsmi hesabatlar nə deyirsə-desin, danılmaz həqiqət mövcuddur: düzgün tərbiyə aktual və əhəmiyyətlidir. Düzgün tərbiyə valideynlərin gələcəkdə müəyyən problemlərlə üzləşməsinin qarşısını ala bilər. Tərbiyə etmək hər kəsdən əvvəl ata və ananın işidir.

Ata və ana rollarını icra etdikdə qazanacaqları nailiyyəti başa düşsələr, tərbiyə işini öyrənəcək, övladları üçün əllərindən gələni edəcəklər.

Nümunəvi vətəndaş yetişdirmək üçün hökumətə, məktəb və informasiya vasitələrinə bel bağlamaq düşüncəsizlikdir, valideynlik vəzifəsindən yayınmaqdır. Uşağı valideyndən başqa kim canı-dildən tərbiyə edər ki?! Heç şübhəsiz, bu işdə ata və ana ilə rəqabət aparacaq kimsə yoxdur!

Tapşırıqlar

I tapşırıq. "Nə üçün?" – deyə düşünürsünüzmü?

Aşağıdakı məsələləri uşaqlarınızla müzakirə edib yaxınlarınız və dostlarınızın şəxsi təcrübəsini nümunə göstərin.

Nə üçün birisi böyük alim olmağına baxmayaraq, ictimai münasibətlərdə uğur qazana bilmir?

Necə olur ki, bir valideyn mehriban və şəfqətlidir, amma ailəsinə vaxt ayırmır?

Nə üçün birisi dindar olmağına baxmayaraq, məntiqli düşünə bilmir?

Nə üçün bəzi insanlar özlərinə inandıqları halda, başqalarına etibar etmirlər?

Necə olur ki, bir insan mütəfəkkirdir, amma nizamsız ömür sürür?

Nə üçün bir insan özünə səxavətlə xərclədiyi halda başqalarına qarşı xəsisdir?

Necə olur ki, bir şəxs varlıdır, amma eyni zamanda simicliyi ilə ad çıxarıb?

Düzgün tərbiyə bu suallara ağlabatan cavab tapmağa kömək edə bilər.

II tapşırıq. Tərbiyə üsulunuz

Siz hansı tərbiyə üsulunu mənimsəyibsiniz?

Tərbiyə üsulunuzun çatışmayan tərəflərini müəyyənləşdirin və onları aradan qaldırmaq üçün lazımi addımları atın. Problemi övladlarınızla müzakirə edin[1].

---

[1] Bu, doğru yanaşma deyildir. Çünki tərbiyə üsulunun çatışmayan cəhətlərini uşaqlarla müzakirə etmək onların valideynlərinə qarşı

III tapşırıq. Uşaqlarda ümumi itaətsizlik hallarının siyahısı
Uşağınız əcaib və unikaldırmı?
Bəzi valideynlər hesab edir ki, övladları başqalarından ya üstündür, ya da pisdirlər. Belə valideynlər övladlarına xüsusi "növ" kimi baxırlar. Əslində, uşaqlar əksər xüsusiyyətlərdə həmyaşıdlarına oxşardır. Bu səbəbdən valideynlər arasında təcrübə mübadiləsi çox zəruridir.
Uşaqlarınızda gördüyünüz xoşagəlməz davranışların siyahısını tutun və həll yollarını müzakirəyə çıxarın. Uşaqlarda həvəs yaratmaq üçün həlli asan problemlərdən başlayın.

"Uşaqlarımın xoşagəlməz cəhətləri" başlıqlı siyahı hazırlayın.
Uşaqlarda müşahidə olunan bəzi xoşagəlməz hallar:

Dərslərində geri qalır
Tənbəldir
Olduqca çox (az) yeyir

Saç düzümü xoşagələn deyil
Kobud cavab verir
Xoşlanmadığınız şəxslərlə dostluq edir

Namaz və orucu rədd edir
Ev işlərində sizə kömək etmək istəmir
Hey susur, qaşqabaq sallayır

Qəşəng geyinmək istəmir
Ağılsız addımlar atır
Böyüklərə hörmət etmir

Evə gec gəlir
Evdə oturmağı xoşlamır

---

münasibətində mənfi dəyişikliklərə (ciddiyyətin, inamın itirilməsi və s.) səbəb ola bilər – ***tərcüməçinin qeydi***.

Evdən çölə çıxmaq istəmir
Oğurluq edir
Yalan danışır
Siqaret çəkir

Söyüş söyür
Televizora lazım olandan çox baxır, telefondan ifrat dərəcədə çox istifadə edir
Başqaları ilə dalaşır

Müzakirə zamanı kobudluq edir
Qorxulu, yaxud biədəb filmlərə baxır
Konservant yeməklər ("cank-fud") yeyir

Qonşulara və ya nənə-babasına qarşı qabalıq edir
Qeyri-münasib paltarlar geyinir
Televizor və ya radioda yüksək səslə musiqiyə qulaq asır

Əl-üzünü yaxşı yumur
Ayaqyolunda çox oturur
Əşyaları evə səpələyir

Əziz valideynlər! Bəs siz bunun əksini edə bilərsinizmi? Uşaqlarınıza "Valideynlərimin hansı çatışmayan cəhətləri var?" siyahısını tutmağa icazə verərdinizmi? Cəsarətiniz və dürüstlüyünüz buna imkan verərdimi?[2]

[2] Məsələ cəsarət, yaxud dürüstlük məsələsi deyildir. Bəli, ata və ya ananın vaxtaşırı olaraq öz davranışlarını nəzərdən keçirməsi lazımdır. Amma bu işə uşaqları ortaq etmək onlarda valideynlərinə qarşı inamı zəiflədə bilər. Nəticə etibarı ilə, uşaqlarda naqis davranışlara sahib valideyn təsəvvürü yaranacaq, münasibətlərdə ciddiyyət amili zədələnəcək, "ara açılacaq", "pərdə götürüləcəkdir" – ***tərcüməçinin qeydi.***

IV tapşırıq. Hekayə müzakirəsi

Ailə üzvlərinizdən bir yerə yığışmağı xahiş edin. Uşaqlarınızdan biri aşağıdakı hekayəni uca səslə oxusun. Yerdə qalanlar isə bir-birləri ilə necə davrandıqlarını düşünsünlər, konkret təkliflər irəli sürsünlər.

"Yolla gedirdim. Qarşıdan gələn şəxslə toqquşdum. Tez üzrxahlıq etdim:

– Ah, bağışlayın, üzr istəyirəm!

Dedi:

– Mən də üzr istəyirəm, fikirli idim.

Bir-birimizi tanımırdıq, amma nəzakətli davranmışdıq. Sağollaşdıqdan sonra hər birimiz yoluna davam etdi.

Amma sevdiklərimizlə başqa cür davranırıq. Həmin gün şam yeməyi hazırlayırdım. Oğlum yanımda dayanmışdı. Çevrildikdə ona dəydim. Az qalmışdı ki, yıxılsın. Qaşqabaqla dedim: "Çəkil yolumdan!" Qəlbi qırılmış halda uzaqlaşdı. Onunla qaba danışdığımın fərqində deyildim. Çarpayıma uzandığımda daxilən bir səs eşitdim: "Tanımadığın insanlarla danışarkən nəzakətlisən, amma ailənin bir üzvünü kobud danışığın və pis davranışınla incidirsən. Get mətbəxin döşəməsinə bax. Orada oğlunun sənin üçün dərdiyi və sənə vermək istədiyi mavi, sarı və qırmızı rəngli çiçəkləri görəcəksən. Bayaq o, sakitcə dayanmışdı ki, sənə sürpriz etsin. Və sən onunla qaba davrandığında onun balaca gözlərindən axan göz yaşlarını görmədin." Bunu eşitdikdə sarsıldım, gözlərimdən yaş axmağa başladı. Sakitcə gedib çarpayısına yaxın oturdum:

– Oyan oğlum...

Gözlərini açdı.

– Bu çiçəkləri mənəmi gətirmisən?

Gülümsədi:

– Onları çöldə – ağacların yanında gördüm. Dərdim, çünki sənin kimi gözəldirlər. Fikirləşdim ki, xoşuna gələr, xüsusən mavi rəngdə olanları.

Dedim:

– Oğlum, bugünkü hərəkətimə görə bağışla məni. Sənə səsimi qaldırmamalı idim.

Dedi:

– Ah anam, narahat olma. Hər bir halda, səni çox sevirəm.

Sevincək dilləndim:

– Mən də səni sevirəm, gülləri də sevirəm, xüsusən mavi olanını!"

V tapşırıq. Bu günün valideynləri dünənin valideynlərinə qarşı

Aşağıdakı suallar haqqında düşünün və övladlarınızla müzakirə edin:

Uşaqlarınıza nə qədər yaxınsınız? Onlara kiçik yaşınızda valideynlərinizə olduğunuz qədər yaxınsınızmı?

(Amerikalı valideynlərin 76%-i suala "bəli" cavabı vermişdir).

Uşaqlarınızla ünsiyyətiniz nə səviyyədədir? Universitetdə oxuduğunuz illərdə valideynlərinizin sizinlə olduğu qədər siz də öz uşaqlarınızla ünsiyyətdə olursunuzmu?

(Amerikalı valideynlərin 71%-i suala "bəli" cavabı vermişdir). (Kantrowitz and Peg, 2006).

İbrətamiz əhvalatlar uşaqlarda şəxsiyyətin formalaşmasına, onların dədə-baba irsinə inteqrasiya etməsinə kömək edir. Bu hekayələr onlara qloballaşma şəraitində aşınan milli dəyərləri də öyrədir.

Ailənizdəki hər kəsdən xahiş edin ki, daha aktiv və yaxın ünsiyyətin yollarını fikirləşsinlər. Bu mövzuda babalarınız və qohumlarınızın başına gəlmiş əhvalatlardan imkan daxilində istifadə edin.

VI tapşırıq. Valideynlər vəziyyəti dəyişdirməyi bacarmalıdırlar!

Aşağıdakıları övladlarınızla müzakirə edin:

Bir dəfə dostum mənə demişdi: "Uşağımı necə tərbiyə etməyimin əhəmiyyəti yoxdur. Mən ki tək adamam". Bu, səhv yanaşmadır! Əgər hər kəs tək olduğu üçün dəyişdirməyə cəhd göstərməzsə, onda bu işi kim görəcəkdir? Bilirik ki, peyğəmbərlər tək olmuşlar, missiyalarına tək başlamışlar. Dünyanı dəyişdirməyi bacaran böyük səhabələr *(Allah onlardan razı qalsın!)*, alimlər, mütəfəkkirlər, qadın və kişilər olmuşdur. Stiv Cobs və ya Bill Qeyts, Nelson Mandela haqqında düşünün, özünüzə sual verin: Sizi həyatda kim dəyişmişdir: qohummu, dostmu, müəllimmi, tərbiyəçimi, yoxsa din xadimimi? Uşaqlarınıza öz tarixçənizi danışın və onlardan onları nəyin dəyişdirdiyini sizə danışmalarını istəyin.

VII tapşırıq. Uşaqlar valideynlərindən nə gözləyirlər?

Xahiş edin ki, uşaqlarınızın biri Şel Silverstaynın "Səxavətli ağac" hekayəsini uca səslə oxusun. Daha sonra soruşun ki, onlar sizdən nə gözləyirlər. Həmçinin sizin nə gözlədiyinizi onlara deyin.

Hekayə gənc oğlan və ona istədiyini verən ağacdan bəhs edir. Ağac oğlana yellənmək üçün budaqlarını uzadır, oturub-dincəlməsi üçün kölgə salır, yesin deyə alma, özünə ev tiksin deyə budaq və şaxlar verirdi. Oğlan böyüdükcə çox şey istəyir, amma həmin kədərli ağaca heç nə vermirdi. Ağac buna baxmayaraq, oğlanla yoldaşlıq etməyi sevirdi. Bu fədakarlıq hekayəsinin sonunda oğlan böyüyür və ağac ona onu kəsib qayıq düzəltməyə, dənizə çıxmağa icazə verir. Oğlan ağacı kəsir və yerdə quru kötük saxlayır. İllər keçir, oğlan qocalır və ağacın yanına qayıdır. Sakit və kölgəli yerdə əyləşib istirahət etməyə ehtiyacı vardı. Ağacın ona verəcəyi heç nəyi yox idi. Amma "dost"u xoşbəxt olsun deyə ona bu quru kötüyü də verməyə hazır idi.

İkinci fəsil

Ailə institutu: əhəmiyyəti və funksiyaları

Giriş
Valideynə çevrilmə
ABŞ-da ailənin ölçüsü: dünən və bu gün
Birvalideynli ailələr
Uşağı təkbaşına necə tərbiyə etmək olar?
Bir valideyn digərini əvəz edə bilərmi?
Boşanmış valideynlərə tövsiyələr
İslama görə ailənin əhəmiyyəti
Qurana görə ailənin məqsədləri
ABŞ-da ailə
Müsəlman ölkələri və ABŞ-da ailələr
Britaniya və ABŞ-da
uşaqların tərbiyə edilməsi
Azadlıq yoxsa həqiqət?
Uşaqları harada tərbiyə etməli?
Qərb fikrində olmayan iki konsepsiya
Etiqad dəyərlərinin utilitar dəyərlərlə müqayisəsi
Ailənin aqro-modeli
Tapşırıqlar

Giriş

Ailə nədir? Nə üçün ailə qururuq? Ailə necə fəaliyyət göstərir, məqsədləri nədən ibarətdir? Ailəni gücləndirən və ya zəiflədib dağıdan nədir? Üzvləri nə etməlidirlər ki, ailə möhkəm və uğurlu olsun? Ailənin uğuru nə ilə ölçülür?

Bu suallara veriləcək cavabların münasib tərbiyə işinə və üsullarına birbaşa təsiri vardır.

Biz bu fəsildə yuxarıdakı suallara cavab axtaracağıq. Çalışacağıq ki, valideynlər və oxuculara sosial dəyişikliklərdə ailə qurumunun danılmaz və mühüm rolunu izah edək. Çünki ailənin səbəb olduğu dəyişiklik təkcə onun deyil, həm də cəmiyyətin bütün üzvlərinə təsir göstərir. Eyni zamanda biz Müsəlman dünyası və Qərbdə valideyn tərbiyəsi üsullarını tədqiq edəcəyik.

Biz birinci fəsildə valideynlərə aşağıdakı sualları ünvanlamışdıq: Düzgün tərbiyə nə üçün mühümdür? Düzgün tərbiyə etməyi necə öyrənə bilərik? Seçdiyimiz tərbiyə üsulu övladlarımızın gələcəyinə necə təsir edir?

Yaxşı valideyn olmağımız üçün tərbiyənin əsas prinsiplərinin tətbiqi zamanı yaranan bir çox əngəli aşmağımız lazımdır. Tərbiyə işi ailə institutunun mahiyyətini və ondakı daxili əlaqələri yaxşı başa düşməyi tələb edir. Biz bu fəsildə əsas diqqəti məhz bu məsələyə yönəldəcəyik. Həmçinin görəcəksiniz ki, biz davamlı şəkildə sevgi, qayğı və təhlükəsizlik məsələlərindən danışacağıq. Çünki məhz sevginin olduğu ailə mühiti valideynlərlə yanaşı, uşaqların da tələblərinə cavab verir.

Sağlam tərbiyə işi uşaqların məsuliyyətli fərdlər olaraq yetişməsini təmin edəcəkdir.

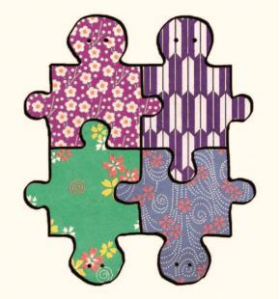
Bu fəsildə, həm də birvalideynli ailələrdən, boşanmalardan, ailənin "həcm"indəki dəyişiklərdən, Müsəlman dünyasında ailələrin indiki vəziyyətindən danışılacaqdır.

Bir çox müsəlman ailəsinin qarşılaşdığı qeyri-stabillik uşaqların tərbiyəsinə təsir göstərir. Stabil ailələr sabit və fəal cəmiyyətin qurulması üçün lazımdır. Sağlam ailələr olmadan mütərəqqi cəmiyyətin olması mümkün deyildir.

Ətalətdən qurtulub inkişaf etməsi vacib olan Müsəlman dünyasının bunu dərk etməsi çox mühümdür.

Bəziləri ailəyə belə tərif verirlər: "Ailə – qohumluq münasibətlərinin birləşdirdiyi insanlar qrupudur". Ailəni ictimai qurum hesab edənlər də vardır. Bəziləri də bildirir ki, ailə bir evdə yaşayan ata, ana və uşaqlardan ibarət qrupdur. Ənənəvi ailənin tərifinə dair müxtəlif nöqteyi-nəzərlərə baxmayaraq, ailəni çox vaxt evlilik və uşaqlarla əlaqələndirirlər. Ailə evlilik vasitəsilə formalaşır. Evlilik təkcə iki şəxsin şərikliyi deyil, həm də iki geniş ailənin birliyidir.

İndiki dövrdə, xüsusən Qərbdə ailənin strukturu çox dəyişmişdir. Geniş ailələr nuklear ailələrlə əvəzlənmiş, ailə üzvlərinin sayı azalmışdır. İndiki dövrdə insanlar keçmiş dövrlə müqayisədə daha az artıb-çoxalırlar.



Ailə anlayışı ailə üzvlərinin yekun cəmini ifadə etməməlidir. Ailə – daha böyük mədəniyyətin bir hissəsidir. Əgər ideal olaraq nəzər salsaq, ailə özlüyündə bitkin mədəniyyətdir. Ailədə oynadığımız rolların böyüklüyünü başa düşməyimiz çox mühümdür. Çünki ailə ibadət üçün kiçik evdir, kiçik hökumətdir, yaxşı işlər görmək üçün balaca məktəbdir.

Valideynə çevrilmə

Ailə mövzusu haqqında düşünərkən ağıla adətən valideynlər və uşaqlar gəlir. Valideynlər ilk uşaq dünyaya gəldikdə yeni mərhələyə qədəm basırlar; artıq onlar iki deyil, üç nəfərdirlər. Bununla da, onların həyatında yeni mərhələ başlanır. Valideynlər buna uyğunlaşmağa məcburdurlar. Çünki uşağın doğulması onların həyat tərzində dəyişikliklərə səbəb olur. Bu dəyişikliklər, bir tərəfdən, çətinliklərlə müşayiət olunur, digər tərəfdən isə valideynə sevinc və fərəh bəxş edir.

Müsəlman ailəsində uşaq dünyaya gəldiyi vaxt körpəyə "xoşgəldin" demək üçün bəzi

ayinlər icra olunur (Əbdülkərim Zeydan, 1993). Buraya daxildir:

• Doğulduqdan sonra körpənin qulağına azan və iqamə sözləri oxunur.

Rəvayət olunur ki, Əbu Rafe demişdir: "Fatimə Həsən ibn Əlini dünyaya gətirdikdə gördüm ki, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* onun qulağına azan oxuyur" (Hakim).

Yeni doğulmuş uşağın sağ qulağına azan, sol qulağına isə iqamə sözləri oxumaq Allahın təkliyini, Həzrəti Məhəmmədin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* peyğəmbərliyini təsdiqləmək mənasına gəlir. Həmçinin bununla müsəlmanlara xatırladılır ki, gələcəkdə uşağın namaz qılmasına nəzarət etsinlər.

• Doğulduqdan sonra gecikdirmədən uşağa ad qoymaq. Uşağa gözəl ad qoymaq çox mühümdür. Ərəb mənşəli, yaxud tarixi adlar seçmək şərt deyildir. Qeyri-müsəlman ad seçmək mümkündür, amma bu ad gərək nümunə götürüləcək şəxsiyyəti təmsil etsin. Bir neçə dildə yazılışı və tələffüzü asan olan adların seçilməsinə diqqət etmək yaxşı olardı.

• Əqiqə qurbanı kəsmək. Bununla da uşağın dünyaya gəlməsi qeyd olunur. Bu qurban Allaha yaxınlaşmaq və dünyaya yeni insan gətirdiyi üçün Ona şükür etmək məqsədilə kəsilir. Peyğəmbər də nəvələri Həsən və Hüseynin hər biri üçün iki qoç kəsmişdi. Əqiqə qurbanı uşağın doğulmasının yeddinci günü və ya daha sonra kəsilir. Əti bişirmək və insanları dəvət etmək mümkündür, – bu, ümumi qonaqlıq adlanır. Qurbanın ətindən ailəyə və ya başqa insanlara – kasıb yaxud varlı olsun, fərqi yoxdur – vermək olar. Kəsiləcək heyvan sağlam və təndürüst olmalıdır. Kəsmə zamanı deyilir: "Allahın adı ilə! Allah böyükdür! Allahım, filankəsin bu əqiqəsi Sənin naminədir!"

İmam Əhməd və Tirmizi rəvayət edirlər ki, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"(Allahın) əmanət verdiyi hər bir uşaq üçün əqiqə vardır. Yeddinci günündə adından kəsilir, saçı qırxılır, ad qoyulur".

Əqiqə qurbanı vacib deyildir. Həmçinin Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qızı Fatimədən oğlunun qırxılmış saçını tərəzidə çəkməyi, həmin çəkidə gümüşü kasıblara paylamağı istəmişdi.

Yəhudilərin də oxşar ayinləri vardır. Xristianlar isə yeni doğulmuş uşaqları xaç suyuna salırlar.

Evliliyin möhkəmlənməsinə uşaqların təsiri

Uşaq dünyaya gələn kimi, ailə çətinliklərlə üzləşir. Ata və ana olmaq böyük nemətdir, amma uşağın dünyaya gəlməsi çox vaxt gözlənilməz nəticələr doğurur. Ata və ana başa düşməlidir ki, həyatları bütünlükdə dəyişəcəkdir. Deməli, bu mərhələdə onları gözləyən problemlərlə qarşılaşmağa hazır olmalıdırlar. Bilməlidirlər ki, övladları üçün bəzi maraq və mənafelərindən vaz keçməli olacaqlar. Onların yaxşı valideynə çevrilməsi asan olmayacaqdır. Xüsusən analar uşağın davamlı ehtiyaclarını ödəməli olduqlarından usanma və yorğunluqla mübarizə aparmalıdırlar. İlk uşaq dünyaya gəldikdə ata gözləməsin ki, işdən evə qayıtdıqda həyat yoldaşını təbəssüm edən, uşağını sevinən, mənzili də təmiz görəcəkdir. Yeməyin ləzzətli olacağını da gözləməsin! İlk dəfə ana olmağın çətinliyi səbəbindən mümkündür ki, qadın hədsiz yorulsun, qəmgin görünsün, ərinin qayğısına əvvəlki kimi qala bilməsin.

Analıq psixoloji, fiziki və ruhi yorğunluqla müşayiət olunur. Az yatmaq, davamlı şəkildə uşağa baxmaq və qayğısına qalmaq ər və xanımının münasibətlərinə təsir göstərir. Nəticə etibarı ilə, bəzən tərəflər arasında münaqişə yaranır. Ata və ananın evdə və işdə məsuliyyət daşıması, üstəlik, uşaqların qayğısına qalmaları səbəbindən maddi məsələlər daha çox əhəmiyyət kəsb etməyə başlayır.

Qazanmaq, evə baxmaq və uşaqların qayğısına qalmaq yükü maddiyyat məsələsini gündəmə gətirir. Bütün bunların evlilik həyatına təsiri istisna edilmir. Ata və analar, xüsusən hər gün dayanmadan işləyən valideynlər yorğun və gərgin həyat yaşayırlar. Bəzi valideynlər uşaqlarını uşaqlara qayğı qurumlarına qoymur, növbə ilə işləyirlər ki, evdə onların yanında həmişə kimsə olsun. Bu hal uşaq üçün yaxşı olsa da, ər və arvad üçün eyni şeyi deyə bilmərik. Onlar ancaq bir-birini görmək üçün gecələri növbələşən iki gəmini xatırladırlar. Belə bir vəziyyət tez bir zamanda evlilik münasibətlərinin korlanması ilə nəticələnə bilir. Bəzən adi məsələlər üstündə aralarında münaqişə yaranır: evi kim yığışdıracaq, qabları kim yuyacaq və sair. Elə də olur ki, uşaqları ilə lazımınca vaxt keçirə bilmədiklərindən ata və anada müqəssirlik hissi yaranır. Bu da öz növbəsində mövcud uçurumu daha çox dərinləşdirir.

Elə valideynlər də vardır ki, çoxlu hədiyyə və pul verməklə övladlarını "korlayırlar". Onlar övladları ilə vaxt keçirmək əvəzinə əlavə xərcə girir, maliyyə problemləri ilə qarşılaşa bilirlər. Nəticədə, evlilik münasibətlərində gərginlik yaranır. Evlilik münasibətlərini möhkəmləndirən mehriban danışıq əvəzinə vaxtlarını mövcud vəziyyətdən şikayətlənməklə hədər edən cütlüklər arasında bu gərginlik daha da artmış olur. Bununla yanaşı, ər-arvad münaqişəsi uşaqlara mənfi təsir göstərir. Bu səbəbdən valideynlərin çoxu ünsiyyət azlığından əziyyət çəkir. Bu da öz növbəsində müxtəlif situasiyalarda anlaşılmazlığa, da-

vamlı fikir ayrılıqlarına səbəb olur. Gərək valideynlər övladları ilə "balaca böyüklər" kimi davranmasınlar, onlardan həmişə yeniyetmə məsuliyyəti gözləməsinlər.

Uşaqlara narahatedici məxluqlar gözü ilə baxmaq, onlardan heç bir sual soruşmadan əmrlərə uymağı tələb etmək doğru deyildir.

Valideynlər övladlarının fiziki, ruhi və inkişaf ehtiyaclarını ödəməli, bu ehtiyacları onlarla münasibətdə nəzərə almalıdırlar.

Valideynə çevrilməyi təmin etmək məqsədilə ər və xanımlarına aşağıda bəzi təkliflər təqdim edilmişdir. Ümid olunur ki, bu təkliflər ailənin mahiyyətini dəyişdirəcək, yəni ər-arvad qurumunu ata-ana qurumu ilə əvəzləyəcək, ailədaxili gərginlik və çətinlikləri azaldacaqdır.

"Qoy ailələr bir-biri ilə maraqlansın. Cəmiyyət özü-özünün qayğısını çəkəcəkdir" (Konfutsi).

1. Ər və xanımı təklikdə vaxt keçirmək üçün gündəlik və ya həftəlik cədvəllər hazırlamalıdır. Mümkündür ki, həmin vaxt ərzində onlar gəzintiyə çıxsınlar, idmanla məşğul olsunlar. Həmçinin günorta telefonda danışmaq, sübh çağında oyanıb birlikdə vaxt keçirmək, uşaqları götürüb valideynlərə baş

çəkmək evlilik münasibətlərinin möhkəmlənməsinə kömək edir.
2. Arzu və ümidlərdən danışmaq tərəfləri bir-birinə yaxınlaşdırır. Ər və xanımı valideynlik rolu ilə əlaqəli qorxularını müzakirə etməli, atalıq və analığın onların sağlamlığına, münasibət və işinə təsiri haqqında danışmalıdırlar.
3. Bəzi vaxtlarda birlikdə yemək, namaz qılmaq, idman etmək lazımdır. Çünki uşağın ehtiyaclarını təmin etmək sizin bütün vaxtınızı alacaqdır. Odur ki, heç olmazsa, qabları və ya paltarları bir az gec yumaq hesabına ünsiyyətinizə müəyyən qədər vaxt ayırın.
4. Ailədaxili münaqişələri müzakirə edin, narazılığınızı dilə gətirməkdən çəkinməyin. Mövcud münaqişələrə həll edilməsi zəruri problemlər kimi baxın. Yeri gələrsə, mütəxəssislərlə məsləhətləşin.
5. Valideynlik təcrübəsi olan etibarlı dost və ya iş yoldaşınızla söhbət edin. Bu sizə təcrid hissindən qurtulmağa kömək edəcəkdir. Həmcinsinizi seçin. Ona həyat yoldaşınızın sirlərini danışmayın.

Tərbiyə işi ata və ana arasında bölüşdürülməyən şərikliyə əsaslanır. Düzdür, hər birinin öz işi var, amma onlar bir-birini tamamlayan bütöv olmalıdırlar.
Valideynlər uşaqla oynadıqda onun müxtəlif ehtiyaclarını təmin edirlər. Ana uşağını bağrına basır, sinəsinə sıxır, sevgi və şəfqət bəsləyir. Ata da oğlunu atıb tutur – tibbi cəhətdən bu ancaq iki yaşdan sonra icazəlidir, – belində oturdur, döşəmə üzərində onunla "güləşir". Bütün bunlar uşağa özünəinam aşılayır, möhkəmlik, müqavimət, təhlükələrə dözmə gücü bəxş edir. Uşağın şəxsiyyətinin inkişafında həm atanın, həm də ananın roluna ehtiyac vardır.
Ata üçün valideynlik həyat yoldaşı ilə ortaqlıq deməkdir. Ailəni himayədə atanı kimsə əvəzləyə bilməz. Sən bir ata və ya bir dost olaraq, məsələyə nə vaxt müdaxilə edəcəyini yaxşı bilməlisən. Yəni, oğlunu nə vaxt himayə edəcəyini, nə vaxt isə

həyatdan dərs alıb şəxsi təcrübə qazanmağı üçün onu tək buraxacağını bilməlisən.

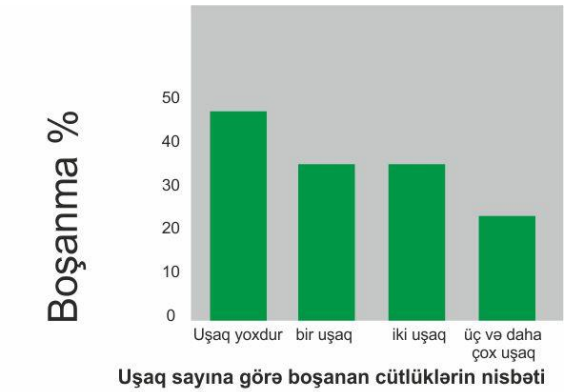
Uşağın dünyaya gəlməsi ata və ananın evlilik münasibətlərinə təsir etsə də, evlilik münasibətlərində iltizamın artmasında uşaqların öz rolu vardır.

Azyaşlı uşaqları olan ata və ana onların daha yaxşı həyat sürmələrini zəmanət altına almaq üçün evliliyin qorunmasına səy göstərməlidirlər. Bəzi valideynləri, xüsusən anaları mövcud evlilik qane etməsə də, uşaqlar dünyaya gəldikdən sonra evliliyi qorumağın vacibliyini daha çox başa düşürlər. Uşaqların nə qədər xoşbəxtlik gətirməyindən asılı olmayaraq, valideynlər uşaq dünyaya gəldikdən sonra ailə münasibətlərini daha çox qorumaq istəyir, boşanma olmasın deyə çox şeyə dözürlər.

"Cədvəl 2.1" göstərir ki, ailədə uşaqların sayının artması evlilik münasibətlərinin möhkəmlənməsi və stabilliyi ilə düz mütənasibdir.

Uşaqlar və boşanma statistikası

Cədvəl 2.1 (Knox and Schact, 1997).



"Böyük milli xoşbəxtlik" kitabında Artur Bruks göstərir ki, Birləşmiş Ştatlarda uşaqları olmayan cütlüklərlə müqayisədə valideynlər özlərini daha çox xoşbəxt hiss edirlər. Bunun səbəblərindən biri budur ki, uşaqlar həyata məna qatırlar. Bundan əlavə, evlilər daha çox xoşbəxtdirlər; ona görə yox ki, mad-

di cəhətdən imkanlıdırlar, ona görə ki, uşaq doğulduqdan sonra mənən zənginləşirlər (Brooks, 2008).

KİM NƏ ETMƏLİDİR?

Valideynlər: xoşbəxt yuva qurmaq
Uşaqlar: ata və anadan öyrənmək, onlara dəstək vermək
Baba və nənə: nəsillər boyu ailəni bir yerə toplamaq
Dostlar: valideynlərə kömək etmək
Müəllimlər: uşaqlara bilik vermək
İslahatçılar: valideynlərə uşaqları düzgün tərbiyə etməyi öyrətmək

Uşaqlarla keçən həyat ötəri mərhələdən başqa bir şey deyildir

"Şübhəsiz ki, (hər) çətinlikdən sonra bir asanlıq gələr. Şübhəsiz ki, (hər) çətinlikdən sonra bir asanlıq gələr (Buna görə də çətinliklərə səbirlə dözmək lazımdır)" (əl-İnşirah, 5-6).
Südəmər uşaqları olan ata və analar bəzən elə bilirlər ki, yuxusuz keçirdikləri uzun gecələr heç vaxt bitməyəcək-

dir. Onlar bunu tam dərk etməyə macal tapmamış görürlər ki, övladları böyümüş, müstəqil həyata qədəm basmışlar. Ər-arvad münasibətindən fərqli olaraq, valideyn-övlad əlaqəsi sonda kəsiləndir. Uşaq dünyaya gəlməzdən qabaq ər və xanımı tənha idilər. Övladları ata evini tərk edib getdikdən sonra onlar yenidən həmin tənhalığa qayıdırlar.

Uşaqları tərbiyə evlilikdə və həyatda mühüm mərhələlərdən biridir. Çünki ata və ya ananın övladları ilə keçirdiyi vaxt onun ümumi həyatının üçdə birini, evlilik həyatının isə yarısını əmələ gətirir. Bir dəfə ata olan şəxs həmişə atadır. Çünki ər-arvad əlaqəsi qeyri-müəyyən vaxtadək, hətta övladların evlənib evi tərk etdikdən sonra davam edir.

Övladlar valideynlərinə yaxın və ya uzaq yaşasalar da, əlaqə davam etməlidir. Bu hal ata və ananın babalıq və nənəlik mərhələsinə qədəm basmasından sonra da dəyişməməlidir.

ABŞ-da ailənin ölçüsü: dünən və bu gün

Ailənin həcmcə balacalaşması ailədaxili münasibətlərə təsir göstərmişdir. Belə kiçik ailələrdə valideynlər uşaqlarına daha çox diqqət yetirirlər. Həmçinin ailədə bacı və qardaşların sayı az olduqda aralarındakı əlaqə daha da möhkəmlənir. Digər tərəfdən, bu vəziyyət böyük uşaqları onlardan yaşca kiçik qardaş və bacılarına qayğı göstərməklə qazana biləcəkləri bacarıq və təcrübədən məhrum edir. ABŞ-da təkcə "bebi-bum"[1] nəslindən təxminən 80 milyon uşaq dünyaya gəlmişdi. Halbuki həmin vaxt gəlir və təhsil səviyyəsi yüksək idi. Buna baxmayaraq, ailənin həcmi kiçik idi. Hamiləliyi müəyyənləşdirmə va-

[1] Uşaq partlayışı. Söhbət 1946-1964-cü illərdə ABŞ-da doğulmuş 77 milyon uşaqdan gedir.

sitələri və abort az uşaq dünyaya gətirməkdə valideynlərin işini asanlaşdırmışdı.

Keçmişdə valideynlər arasında belə bir fikir yayılmışdı ki, uşaq dünyaya gətirmək kökə bişirmək kimi şeydir. Birinci uşaq yaxşı "çıxmazdısa", başqasını yetişdirirdilər. İkincisi yaxşı "çıxmazdısa", üçüncüsünü yetişdirirdilər. Yəni, əvvəlki yaxşı çıxmayanda yeni uşaqlar dünyaya gətirmək olardı. İndi isə vəziyyət dəyişmişdir. Bir çox ailədə ancaq bir və ya iki uşaq vardır. Odur ki bir və ya iki uşağa daha çox diqqət ayrılır.

Həmçinin valideynlər arasında işləmək yayğın hala gəldiyindən, ailələrin yer dəyişmə halları artdığından, valideynlər və qohumları bir-birindən uzaq yaşadığından ailələrin ölçüsü kiçilmişdir.

1960-cı ildə ABŞ-da qadınların 77%-i ata evini tərk edərək evlənmiş, hələ otuz yaşa çatmadan uşaq dünyaya gətirmişdilər. 2000-ci ildə bu rəqəm 46 idi. 2000-ci ildə ABŞ-da orta evlənmə yaşı kişilər üçün 27, qadınlar üçün 25 olmuşdur. 1950-ci ildə isə bu rəqəmlər müvafiq olaraq 22 və 20 idi (Kantrowitz and Tyre, 2006).

Birvalideynli ailələr

ABŞ-da hər dörd uşaqdan biri (12 milyon uşaq) valideynlərinin biri ilə yaşayır. Bu ölkədə təxminən iki milyon ata, bir milyon ana ayrı yaşayır. On il ərzində bir-birindən ayrılmış valideynlərinin sayı təxminən iki dəfə artmışdır (Leland, 1996).

Birvalideynli ailələrin sayının durmadan artmasının iki başlıca səbəbi vardır: boşanmalar və nikahdankənar doğumlar. Nikah olmadan yaşamağa üstünlük verənlər üçün nikah arzuolunmazdır. ABŞ-da təxminən üç milyon uşaq nikahı olmayan valideynləri ilə birlikdə yaşayır. ABŞ Statistika İdarəsinin məlumatına görə bu rəqəm ölkədəki bütün uşaqların 4 faizini əmələ gətirir.

Həmçinin 2002-ci ildə 1.8 milyon uşaq ana və məşuqu ilə, 1.1 milyon uşaq isə ata və məşuqəsi ilə bir evdə yaşamışdır (ABŞ Statistika İdarəsi, 2002).

2015-ci ildə ABŞ-dakı 123.3 milyon ailənin:

59.6 milyonu evlilərdən;

7.9 milyonu evli olmayıb partnyoru (oyundaşı) ilə yaşayanlardan;

34.2 milyonu birvalideynli ailələrdən ibarət idi.

Nikahdankənar birgəyaşayış

2000-ci ilin hesablamalarına görə, ABŞ-da 4.9 milyon ailədə ailə başçısı (ata, yaxud ana) partnyoru ilə nikahdankənar yaşayırdı. Bu rəqəm 1990-cı illə (3 milyon) müqayisədə artmışdır.

“Razılaşdırılmış” boşanma forması

“Razılaşdırılmış” boşanma boşanma formalarından biridir. Çünki tərəflər razılaşırlar ki, boşansınlar. Bu vaxt hakim boşanma üçün heç bir səbəb göstərmir. Qeyd edilməlidir ki, bəzi şəxslər nikahın bu formasını ləğv etməyə çalışırlar. Boşanma hallarının artması qarşısında Kaliforniya qubernatoru Ronald Reyqan 1969-cu ildə evlilərə “razılaşdırılmış” boşanma formasından istifadə hüququ verən ilk qanunu imzalamışdı. Bundan qabaq vəziyyət başqa cür idi. Belə ki boşanmaq istəyən ər və ya arvad hakimə

isbatlamalı idi ki, qarşı tərəf boşanmanı zəruri edən əmələ yol verib. Bundan sonra hakim onların evliliyinə xitam verirdi. O dövrdə ən çox göstərilən səbəblərə başqası ilə aldatma, zorakı davranış və cinsi əlaqəni kəsmək daxil idi. Həmin vaxt ər və arvad mümkün bütün vasitələrə əl atırdılar ki, boşansınlar. Məsələn, məhkəmədə yalan danışır, qarşı tərəfi izləsin deyə xüsusi xəfiyyə tuturdular.
"Razılaşdırılmış" boşanma qanun layihəsi boşanmaq istəyən tərəflər arasında gərginlik və münaqişələri azaltmaq üçün hazırlanmışdı. Çünki qanun imkan verirdi ki, boşanmaq istəyən cütlüklər bunu mehribanca həyata keçirsinlər. Hətta tərəflərdən biri etiraz etdikdə digər tərəf heç bir səbəb göstərmədən boşanmaq hüququna sahib idi. Bundan sonra bütün ştatlarda, Nyu-York ştatı istisna olmaqla bu qanun qəbul edildi. Bu qanunun qəbul edilməsindən sonrakı üç il ərzində boşanma halları iki dəfə artmışdır (Leland, 1996).

Subay ata, yaxud ananın rahatlığa, səmimi və vəfalı məsləhətçiyə, yəni həyat yoldaşına ehtiyacı vardır.

Yeri gəlmişkən, qeyd edək ki, nikahdankənar uşağın doğulması kişi və ya qadını valideyn olmaqdan məhrum buraxmır. Amma valideynlərdən ancaq birinin uşaqları tərbiyə etməsi daha çox enerji, dözüm, özünəinam və zehni əmək tələb edir. Çünki həyat yoldaşı olmadan iş və evin tələblərini uyğunlaşdırmaq asan deyildir. Bu da öz növbəsində tərbiyə işini zehni və psixoloji baxımdan çətinləşdirir. Bir valideyn həyat yoldaşı olmadan uşaqlarını tərbiyə etdikdə iki şəxsin yükünü çəkir; təkbaşına maliyyə qərarları çıxarır, evdə qaydalar qoyur, övladlarının bütün mübahisələri və pis davranışlarına münasibət bildirir, üstəlik, bütün bunları edərkən hissləri və emosiyaları ilə təkbətək qalır.

Bu o demək deyildir ki, hər iki valideynin olduğu ailələrdə işlər həmişə yaxşı gedir. Lakin ailənin işlərini görmək və uşaqların mənəvi tələblərinə cavab ver-mək birva-

lideynli ailələr üçün çətinlik yaradır. Odur ki deyirik: Bütün valideynlərin, eləcə də tək qalan valideynlərin müsbət zehni vəziyyətə ehtiyacı vardır.

Məsələyə uşaqların gözü ilə baxdıqda görürük ki, onlara görə valideynlərin biri ilə yaşamaq ikinci valideynin qayğısı və himayəsinə möhtac olmaq deməkdir. Əlbəttə ki, ata (və ya ana) ilə yaşamaq ümumiyyətlə anasızlıq (və ya atasızlıq) mənasına gəlmir. Düzdür, onlar (ata və ya ana) başqası (qadın və ya kişi) ilə uzaqda yaşaya, bir-birindən boşana bilərlər, amma hər ikisi uşaqların həyatında mühüm rol oynayırlar. Axı tək valideynlə yaşayan uşaqlar valideynlərinin hər ikisi ilə yaşayan uşaqların gördüyü qayğının eynisinə möhtacdırlar. Lakin elə də olur ki, tək valideyn uşaqlarının qayğısına lazımınca qala bilir. Valideynin təhsili, bacarıq və dünyagörüşü nə qədər çoxdursa, uşaqları tərbiyə də bir o qədər asandır.

Aşağıda birvalideynli ailələrdə uşaqların məruz qaldıqları mənfi təsirlərə dair bəzi faktlar göstərilmişdir (Harper and McLanahan, 2004):

- Ənənəvi ailələrlə müqayisədə birvalideynli ailələrin uşaq və yeniyetmələri qorumaq bacarığı azdır.
- Bioloji valideynləri ilə birlikdə böyüyüb boya-başa çatmış qızlar yeniyetmələk dövründə cinsən çox aktiv olurlar.
- Bioloji atadan uzaq yaşayan uşaq və yeniyetmələr fiziki, psixoloji və cinsi zorakılığa daha çox məruz qalırlar.
- Ailədaxili münasibətlərin korlandığı evlərdə böyüyən uşaqlar orta məktəblərdə başqaları ilə müqayisədə daha çox problem yaradırlar.
- Ancaq bir valideynlə yaşayan uşaqlar başqaları ilə müqayisədə daha çox cinayət törədirlər.
- Ancaq bir valideynlə yaşayan uşaqlar işgəncə və etinasızlığa daha çox tuş gəlirlər. Onların, axırda, həbsxanaya düşmə ehtimalı daha çoxdur.

Bu kitabda göstərilmiş tərbiyə qaydaları birvalideynli ailələr kimi, hər iki valideynin əmələ gətirdiyi ailələrə də aiddir.
Bütün valideynlər oxşar problemlərlə qarşılaşırlar. Lakin birvalideynli ailələr aşağıdakı məsələlərə əlavə diqqət yetirməlidirlər:

1. Öz gücünü nümayiş etdirmək. Ata olmadıqda uşağın həyatı narahatlıq doğurur. Çünki müraciət edəcəyi ikinci ata yoxdur. Odur ki ayrılmış valideynlər problemlər qarşısında məsələləri ehtiyatla qiymətləndirməli, sakitlik və özünəinamı qorumağı, ruhi və psixoloji baxımdan bitkin və güclü olmağı bacarmalıdırlar.

2. Hər iki valideynin rolunu icra etmək. Ailədə olmayan tərəfin yerini doldurmaq lazımdır. Məsələn, uşaqları ilə yaşayan ata onlara mənəvi və emosional baxımdan yaxın olmalıdır. Ayrılmış valideynlərə uşaqlarını tərbiyə etməkdə kömək edən bir çox ədəbiyyat vardır.

3. Özünəinam aşılamaq. Elə etmək lazımdır ki, uşaqlar onları tək valideynin tərbiyə etməsindən xəcalət çəkməsinlər. Onları əmin etmək lazımdır ki, hər iki valideyni olan uşaqlardan fərqli deyillər.
Uşaqlarını təkbaşına tərbiyə edən valideyn onların xoşbəxtliyi üçün sağlam ailə mühiti yaratmalıdır. Məsələn, uşaqlarınıza öyrədə bilərsiniz ki, Həzrəti Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* kiçik yaşlarından yetim qalmışdır.
Ata və ya ananı əvəz edərkən uşaqlarınıza təzyiq göstərməyin. Ata və ya anası olmadığı üçün uşaqların sizə müqəssirlik və cavabdehlik hiss etdirməsinə icazə verməyin.

4. Gözəl ünsiyyət. Valideyn və övladları arasında davamlı ünsiyyət olmalıdır. Sevgi, istək, evdə əmin-amanlıq və köməkləşmə ata (ana) və uşaqlar üçün yaşamağı asanlaşdırır. Başqa sözlə, ata və ya ananın uşaqlarını təkbaşına tərbiyə etməsi tərbiyə işində başqa mənbədən kömək və ya dəstək al-

mamağı mənasına gəlmir. Bəzən elə olur ki, bir valideyn təkbaşına uşağını düzgün və səmərəli, həm də müvəffəqiyyətlə tərbiyə edir. Elə də olur ki, onlar öz uşaqlarını hər iki valideynin olduğu ailələrdən daha yaxşı tərbiyə edə bilirlər. Söhbət ər və xanımı arasında gərginlik və münaqişələrin çox olduğu ailələrdən gedir. Çünki bu vəziyyət uşaqların düzgün tərbiyə edilməsinə mane olur.

Uşağı təkbaşına necə tərbiyə etmək olar?

Həm əməlisaleh övladlar yetişdirmək, həm də ailədaxili münaqişələrin sayını azaltmaq üçün tənha valideynlərə aşağıdakı tövsiyələr verilir:

1. Özünə dostlar tap, yeni əlaqələr qur.
2. Yaxşı insanlarla dostluq et, onları və uşaqlarını övladlarınla görüşdür, ümumi görüşlər təşkil et.
3. Birvalideynli digər ailələrlə tanışlıq yarat (Unutma ki, övladlarını təkbaşına tərbiyə edən yeganə valideyn sən deyilsən). Yaxın dostlar çətin vəziyyətlərdə, uşaqlara qayğıda sənə mənən dəstək olub kömək edə bilərlər. Onlarla problemlərin və qayğılarını bölüşə biləcəksən.
4. Dostluq etməyə can atdığın şəxsləri seç. Sənin maraqlanan, etibarını qazanan, sənə qarşı səmimi olan şəxsləri özünə dost seç. Bir sözlə, dar gündə əlindən tutacaq, yanında tapılacaq şəxslərlə dostluq et. Geniş ailən varsa, münasibətləri qoruyub saxla, müntəzəm surətdə gediş-gəlişə diqqət yetir, uşaqların tərbiyəsi yükünü onlarla bölüşməkdən çəkinmə, zərurət yarandıqda onlardan kömək istə.
5. Uşaqlarınla gəzməyə çıx.
6. Uşaqlarla keçirdiyin xoş anları sənə xatırladan şeyləri qoruyub saxla.
7. Problemlərin həllinə uşaqlarını da ortaq et. Bu onlarda özünəinam hissini möhkəmlədəcək, onlara onların da ailənin dəyərli üzvləri olması şüurunu aşılayacaqdır. Birvalideynli ailələrdə hər bir uşağın köməyinə ehtiyac vardır. Komanda ha-

lında işləmək və gündəlik işləri bölüşmək belə ailələrin yükünü yüngülləşdirir.
8. Qayğılı və əsəbi hallarda uşaqların bundan təsirlənməsinə imkan vermə. Dünyaya uşaqların gözü ilə baxsan, başa düşəcəksən ki, onlar özlərini zəif və təhlükədə hiss edirlər, atalarına (analarına) nə isə olarsa, bu dünyada tək qalacaqlarından qorxurlar.
9. Bütün imkanlardan istifadə etdikdən sonra Allaha güvən, Ona sığın. Problemlərin və qorxularından səni xilas etməsi üçün Allaha təvəkkül et.
10. Boşanma baş verərsə, övladlarını sənin tərəfini tutmağa məcbur etmə. Uşaqlar üçün yaxşı ata-pis ana (və ya əksinə) anlayışı yoxdur. Çünki uşaqlar həm atanı, həm də ananı özlərinə yaxın bilirlər. Onlar valideynlərindən birinin tərəfini tutub digərinə qarşı çıxdıqda özlərini müqəssir hesab edirlər.
11. Hər şeydə Allaha güvən, pozitiv ol. Bacarıqlı tək valideyn də öz uşaqlarını düzgün tərbiyə edə bilir. Amma onun dostların, qohum və qonşuların müntəzəm dəstəyi və köməyinə ehtiyacı vardır. Uşaqları düzgün tərbiyə etmək kəmiyyətlə deyil, keyfiyyət və geniş dünyagörüşü ilə ölçülür.

Peyğəmbərlərin: Həzrəti İsmayıl, Musa, İsa və Məhəmmədin tək qalmış anaları

Bəzi peyğəmbərlər birvalideynli ailələrdə böyümüşlər. Bu böyük qadınların gücü və müdrikliyi bütün valideynlər üçün ilham mənbəyidir.

Həzrəti İsmayıl *(Ona salam olsun!)*
İbrahim peyğəmbər *(Ona salam olsun!)* böyük oğlu İsmayılla çox qalmamışdı. Çünki İraq, Fələstin və Misir xalqlarına Allahın təlimlərini çatdırmaqla məşğul idi. Anası Hacər

İsmayılı Məkkədəki səhralıq vadidə tərbiyə etmiş, ona valideynə ehtiram göstərməyi, hikməti və dürüstlüyü öyrətmiş, özünəinam aşılamışdı.

Həzrəti Musa *(Ona salam olsun!)*
"Biz Musanın anasına (ilham yolu ilə, yaxud röyada): "Onu (Musanı) əmizdir; elə ki ondan ötrü qorxdun, onu dəryaya (Nil çayına) at. (Uşağın suda boğulacağından) qorxma və (ayrılığına da) kədərlənmə. Biz onu sənə qaytaracaq, özünü də (şəriət sahibi olan) peyğəmbərlərdən edəcəyik!" – deyə bildirdik" (əl-Qəsəs, 7).
Anası Musanı çaya atarkən əmin idi ki, Allah oğlunu qoruyacaq, qayğısına qalacaqdır. Daha sonra onu tərbiyə etmişdi. Çünki Musa Fironun sarayındakı dayələrdən süd əmmək istəməmişdi. Nə böyük fədakarlıq! Yəqinliklə əmin idi ki, Allah oğlunu himayə edəcəkdir. Anası bu böyük peyğəmbərə liderlik xüsusiyyətləri aşılamışdı.

Həzrəti İsa *(Ona salam olsun!)*
"(Ya Peyğəmbər!) Xatırla ki, bir zamanlar mələklər belə demişdilər: "Ya Məryəm, həqiqətən, Allah səni seçmiş, (eyiblərdən) təmizləmiş, (cəmi) aləmlərin (bütün dünyanın) qadınlarından üstün tutmuşdur" (Ali-İmran, 42).
Həzrəti İsa atasız doğulmuş və anası Bakirə Məryəm onu təkbaşına tərbiyə etmişdi. Bu anada ən ülvi sevgi, fədakarlıq və paklıq duyğuları təcəssüm etmişdi. Allah Təala bütöv bir surədə Həzrəti Məryəmi pak və mömin qadın olaraq təsvir etmişdir.

Həzrəti Məhəmməd *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)*
Həzrəti Məhəmməd *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* yetim doğulmuşdu. Anası Aminə bint Vəhəb onu altı il təkbaşına tərbiyə etmişdi. Bu vaxt ərzində onda səciyyəvi xüsusiyyətlər formalaşmışdı. Anası ona şücaət, sevgi, dürüstlük, yaradıcılıq və özünəinam aşılamışdı.

Ana təsiri müqayisəedilməzdir. Övladlarını tərbiyə edərkən anaların göstərdiyi fədakarlıq və qayğı necə də üstün davranışdır!

> Övlad dünyaya anasını tanıyaraq gəlir. Ana övladlarına atalarının kim olduğunu bildirir.
> "Bir dəfə bir kişi Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* yanına gəlib deyir: "Yanına gəlmişəm ki, hicrət etmək üçün qarşında sadiqlik andı içim. Amma evdə ata-anamı gözüyaşlı qoyub gəlmişəm." Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* buyurdu: "Yanlarına qayıt. Onları necə ağlatmısansa, elə də güldür" (İbn Macə, Nəsai, Əbu Davud).
> Deyilənə görə, bir müsəlman anasının cənazəsi aparılarkən yanıqlı-yanıqlı ağlayırmış. Səbəbini soruşanlara demişdi: "Necə ağlamayım axı?! Bu gün cənnət qapılarından biri üzümə bağlandı".

Bir valideyn digərini əvəz edə bilərmi?

Atanın anaya, ananın da ataya ehtiyacı vardır, biri digərini bütünlükdə əvəz edə bilmir. Hər iki valideyni olan uşaqlar, heç şübhəsiz, daha yaxşı böyüyür, daha yaxşı tərbiyə alırlar. Çünki analar uşaqlarına sonsuz sevgi, şəfqət bəsləyir, onları əmizdirir, onlarla səbirli və dözümlü davranırlar. Atalar isə güc və ümid verirlər. Onlar yüksək səsə, kobud yanaqlara, yəni uşaqlar üçün faydalı stimullara sahibdirlər. Ümumiyyətlə, uşaqlar üçün ananı itirmək atanı itirməkdən daha ağırdır. Ana sevgi və himayə abıhavası yaradır, arzularını övladlarına görə qurur. Uşaqlar, ümumi götürdükdə, anaya daha çox bağlıdırlar. Onlar ananın gündəlik işlərinin əsasını əmələ gətirirlər. Ana enerji və vaxtının böyük hissəsini övladlarına ayırır, onlara sevgi və əmin-amanlıq bəxş edir ki, həyatda uğur qazansınlar (George Tremblay and Allen Israel, 1998).

Belə bir səhv yanaşma mövcuddur ki, oğul anadan çox ataya, qız da atadan çox anaya möhtacdır. Qətiyyətlə deyirik: ata həm oğlan, həm də qız övladları üçün mühümdür,

amma hər biri üçün fərqli səviyyələrdə mühümdür. Ana da belədir. Ata qızına güclü olmağı öyrədir, ona dəstək verir və o özünü əmin-amanlıqda hiss edir. Oğlanlarla davranmaq təcrübəsi qazanmaq baxımından qızlar atalarına möhtacdırlar. Əks halda, oğlanlar onlara qapalı və qorxulu görünəcəklər.

Birvalideynli ailələrdə ana oğlan uşaqları üçün ata rolunu oynaya bilərmi? Xeyr, oynaya bilməz, amma buna ehtiyac da yoxdur. Uşaq şəxsiyyəti o dərəcədə möhkəmdir ki, uşaq hətta atasını və ya anasını xatırlamadıqda onları dəqiqliklə təsvir etməyi bacarır. Həmçinin o, müxtəlif insanların xüsusiyyətlərindən "parça"ları toplamaqla təxəyyülündə valideyn "portret"i yarada bilir. Məsələn, atasız oğul böyüdən ana ona xəyalında onun müsbət "portret"ini canlandırmağa kömək edə bilər. Bunun üçün oğluna nənə və babası, əmiləri, dayıları ilə olmağa şərait yaratmalıdır. Həmçinin ana oğlunu etibarlı insanla, məsələn: məktəb müəllimi və ya məscid imamı ilə tanış edə bilər. Bu ona görədir ki, onlar oğluna ata nəsihətinə ehtiyac duyduğu zaman tövsiyə versinlər, dəstək olsunlar. Belə insanlar ona yaxşı nümunə ola bilərlər.

Əslində nə lazımdır?

Bank hesabına nə qədər pul yatırdığının, hansı növ mənzildə yaşadığının, hansı marka avtomobili sürdüyünün qırx il sonra əhəmiyyəti olmayacaqdır. O şey əhəmiyyət daşıyacaqdır ki, sən övladların və nəvələrinin həyatında nə dərəcədə rol oynamışsan.

İslam və boşanma haqqında qeydlər

Birvalideynli ailələrin sayının artmasının səbəblərindən biri də boşanma hallarının çoxalmasıdır. Bəzi mədəniyyət və dinlərdə boşanma qadağandır (1977-ci ilədək Braziliyada boşanmaq qeyri-qanuni hərəkət idi. Buddist qanunlarında boşanmaq haramdır. Filippin adalarında katoliklərə boşanmaq haram sayılır).

İslama gəlincə, boşanmaya təşviq etmir, amma müəyyən vəziyyətlərdə icazə verir. Bir müsəlman boşanmazdan əvvəl ailə vasitəçiliyinə, münaqişənin həlli üçün münsiflər "məhkəmə"sinə müraciət etməlidir. İslam müdrik və etibarlı qohumlardan tələb edir ki, evliliyin xilası üçün cəhd göstərsinlər. Çünki ailənin dağılması uşaqlara mənfi təsir göstərir. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Allaha xoş getməyən halal (hərəkət) – boşanmadır" (İbn Macə).

Ata və ana əllərindən gələni etməlidirlər ki, evliliyi qoruyub saxlasınlar. Boşanma baş verdikdə, uşaqlar bundan təsirləndikdə ata və ana övladları ilə dürüst olmalıdırlar. Həqiqəti da-

nışmalı, "hekayə" uydurmamalıdırlar. Uşaqlara nə üçün boşandıqlarını, nəyə görə başqa şəxslərlə ailə quracaqlarını izah etməlidirlər. Uşaqları əmin etmək lazımdır ki, baş verənlərin təqsirkarı onlar deyillər. Onları hələ də sevdiklərini uşaqlara bildirmək lazımdır. Ata səbəbini izah etmədən uşaqların həyatından çıxmamalıdır. Çünki bu onları kədərə qərq edəcəkdir. Bəzi valideynlər elə hesab edir ki, bu cür davranmaq uşaqları ayrılıq anlarının səbəb olduğu ağrı-acı və qəm-qüssədən qoruyacaqdır. Lakin uşaqların başa düşdüyü budur ki, ata onları sevmir, odur ki baş verənləri bu üzdən onlara izah etməyib, gedəndə də onlarla vidalaşmayıb.

Övladlarınızı ata və anadan yalnız birinin mövqeyini dəstəkləməyə, tərəfkeşliyə məcbur etməyin. Ögey ata və ya ananı sevsinlər deyə uşaqlara təzyiq göstərmənin faydası yoxdur. Çünki bu daha çox gərginliyə, qısqanclıq və rəqabətə səbəb olur. Nəhayət, uşağın ögey valideyni "anasının yeni əri" (və ya əksinə) olaraq qəbul etməsi onu özünə doğma bilməsindən daha asandır.

Boşanmanın uşaqlara təsiri

Boşanmadan dərhal sonra uşaqlı ailələrin gəliri 21 faizədək azalır. Boşanmış qadınların 38%-i övladları ilə yoxsul vəziyyətdə yaşayır. Kişilərin ancaq 17%-i uşaqları himayə hüququnu əldə edir. Boşanmış ailələrin uşaqları əksər hallarda təhsillərini yarımçıq qoyur, həddi-buluğa çatdıqda nikahdankənar uşaq dünyaya gətirirlər. Həmçinin onların psixoloji sağlamlığı qənaətbəxş olmur (Seltzer, 1989).

Valideynlər və keçmiş cütlüklər ailənin bütün üzvləri ilə mehriban davranmalı, onlara dözümlü yanaşmalı, ehtiram göstərməlidirlər. Quran boşanma baş verdikdə bizi aşağıdakı kimi hərəkət etməyə çağırır:

"(Rici) talaq vermə (boşama) iki dəfə mümkündür, ondan sonra yaxşı dolanmaq (qadını yaxşı saxlamaq), ya da xoşluqla ayrılmaq (buraxmaq) gərəkdir. (Ey kişilər!) Onlara (qadınlarınıza)

verdiyinizdən (kəbin haqqından, mehrdən) bir şey tələb etməniz sizə halal olmaz. Bu yalnız kişi ilə qadının Allahın (ər-arvadlıq) haqqındakı hökmlərini yerinə yetirə bilməyəcəklərindən qorxduqları zaman mümkündür. (Ey şəriət hakimləri!) Əgər onların (ər-arvadın) Allahın hökmlərini yerinə yetirməyəcəklərindən siz də qorxsanız, arvadın (kəbin haqqından) ərinə bir şey verməsində heç biri üçün günah yoxdur. Bunlar Allahın hədləridir (hökmləridir). Onlardan kənara çıxmayın. Allahın hədlərindən kənara çıxanlar, əlbəttə, zalımlardır" (əl-Bəqərə, 229).

Boşanma dözüm tələb edir. Bəzi uşaqlar ögey ana və ya atanı qəbul etmirlər. Bu vəziyyətdə ediləcək şey mehriban və mülayim olmaq, vaxt amilindən istifadə etməkdir. Elə olur ki, ailədaxili münaqişə və problemlərdən uzun müddət əziyyət çəkən uşaqlara boşanma rahatlıq gətirir. Lakin uşaq atasız yaşamağın həm özünə, həm də anasına yaxşı olduğunu etiraf etsə də, atasını sevir, atasının onların yanında olmasını istəyir. O da mümkündür ki, ögey ana (ata) uşaqlarla mehriban münasibət qurur və bu münasibət onların həyatı boyu davam edir. Dərrakəli ögey ata (ana) ögey övladına deməlidir: "Sənin atan (anan) deyiləm, amma ananın (atanın) əriyəm (arvadıyam). Sənin qayğına qalacağam".

Tək qalmış valideynlə yeniyetmə övladları arasında müxtəlif problemlər yarana bilir. Valideyn bu yaşda olan

uşağını nə tamamilə özündən asılı etməli, nə ona qaib həyat yoldaşı gözü ilə baxmalı, nə də sabiq ərinin (arvadının) funksiyasını yükləməlidir. Yeniyetmə oğlan – ər, yeniyetmə qız isə xanım deyildir!

Valideynləri boşandıqdan sonra uşaqların məruz qaldığı təhlükələrdən biri də fiziki və psixoloji zorakılıqdır. Valideyn uşaqlara, xüsusən evdən kənarda qanuni (həm də əxlaqi – ***mütərcim***) işlərdə sərbəstlik verməlidir. O, eqoist olmamalı, uşaqlarına ziyan gətirəcək şeyləri qəbul etdirməməlidir.

Nikahdankənar doğulmuş uşaqlar boşanmış, yaxud atalarının vəfat etdiyi ailələrin uşaqlarından fərqlənirlər. Əsas fərq bundadır ki, ikincilər atalarına aid olduqlarını hiss edirlər. Hətta vəfat etmiş ata uşaqlara zəruri rahatlıq hissi bəxş edir, – onlar bu doğmalığı hiss edir, ailə identikliyini qoruyub saxlayırlar. Nəticədə, onlar ananın da köməyi ilə özlərini əmin-amanlıqda, qayğı ilə əhatələnmiş hiss edirlər. Belə mühitdə böyüyən uşaqlar daha yaxşı yaşayışı olan atalı-analı həmyaşıdlarını ötüb-keçə bilirlər.

Mənən dayaq olmaqla yanaşı, dul və ya boşanmış analar övladlarına özünü yetişdirmə şüuru və özünəinam aşıladıqda onlar həyatda böyük uğurlara imza ata bilirlər.

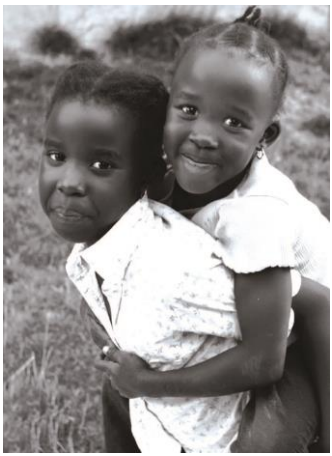
Boşanmış valideynlərə tövsiyələr

- Digər tərəf (ata və ya ana) haqqında uşaqlarınızda mənfi təsəvvür yaratmayın.
- Uşaqlarınız, keçmiş ataları (anaları) və qohumları arasında sağlam əlaqə yaradın.
- Uşaqlarınıza hiss etdirin ki, həm siz, həm də ataları (anaları) onları sevirsiniz.
- Uşaqlarınıza izah edin ki, baş vermiş ayrılıq keçmiş atası (anası) ilə əlaqəyə təsir etməyəcəkdir.

İslama görə ailənin əhəmiyyəti

İslam ailənin qorunmasına böyük əhəmiyyət verir. Quran təsdiqləyir ki, insan Allahın yaratdığı şərəfli-izzətli varlıqdır. O, Allahın yer üzündəki xəlifəsidir. Bu səbəbdən o öz vəzifəsini icra etmək üçün hazırlaşmalı, təlim görməlidir. Odur ki digər canlılarla müqayisədə insanın uşaqlıq dövrünün daha çox davam etməsi təsadüfi deyildir. "Ailə məktəbi"nin başlanğıc nöqtəsi ər və xanımı arasındakı sağlam münasibətdir. Bu münasibət iş müqaviləsini xatırlatmamalı, öhdəliklərin rəsmi təsdiqinə əsaslanmamalıdır (Halbuki "ailə qanunları" rəsmi nizamlayıcı olmaq baxımından zəruridir). Evlilik münasibətləri sevgi və şəfqət üzərində bina edilməlidir. Birvalideynli ailələrdə ata (ana) övladları ilə mehriban, rəhmdil davranmalıdır. Bu olmazsa, Quranda göstərilmiş iki arzu: xoşbəxt ailənin qurulması və əməlisaleh övladların tərbiyə edilməsi həyata keçməz.

"Və o kəslər ki: "Ey rəbbimiz, bizə zövcələrimizdən və uşaqlarımızdan gözümüzün işığı olacaq övladlar ehsan buyur və bizi müttəqilərə imam (rəhbər) et!" – deyirlər" (əl-Furqan, 74).



Ailə bitkin mənəvi inkişaf üçün zəruridir. Allah bizi ruhən və cismən mükəmməl yaratmışdır. Biz forma, uzunluq, rəng, hərəkət və görünüş baxımından tam harmoniya içərisində yaradılmışıq. Həmçinin insan oğlu mənəvi, psixoloji və əqli cəhətdən mükəmməl yaradılıb. Allah bizə xalqlar, millətlər və cəmiyyətlər halında yaşamaq neməti bəxş etmişdir.

"Biz insanı ən gözəl biçimdə yaratdıq" (ət-Tin, 4).

Həyatda konkret inkişaf mərhələlərindən keçirik. Uşaqlıqdakı zəiflik mərhələsindən sonra inkişaf, təhsil mərhələsi başlanır ki, gücdə, qüvvətdə zirvəyə çataq. Axırda zəiflik mərhələsi vardır: biz gücümüzü, biliklərimiz və yaddaşımızı itiririk. Valideynlər də zaman keçdikcə psixoloji cəhətdən inkişaf edir, bacarıq və vərdişlərini uşaqları, nəvələri və ailənin digər üzvləri ilə bölüşürlər.

Həqiqi ülfət (yaxınlıq, sevgi) həyat yoldaşı olmadan mümkün deyildir. Biz ideal və həqiqi yaxınlığa evlilik çərçivəsində nail oluruq. Quran da bunu təsdiqləyir:

"Onlar sizin, siz də onların libasısınız" (əl-Bəqərə, 187).

Evlilikdən sonra qarşıya yeni məqsədlər qoyulur: uşaq dünyaya gətirmək. Bu mərhələdə hadisələrin inkişafında dörd ssenari meydana çıxa bilər. Hər ssenarinin öz psixoloji nəticələri vardır: tərəflərdən biri sonsuz çıxır; ancaq qız uşaqları doğulur; ancaq oğlan uşaqları doğulur; oğlan və qız uşaqları doğulur.

Bu ssenarilər həm valideynlərə, həm də uşaqlara təsir göstərir.

"İstədiyinə ancaq qız, istədiyinə də ancaq oğlan verər.
Yaxud hər ikisindən – həm oğlan, həm də qız verər, istədiyini də sonsuz (övladsız) edər. O, hər şeyi biləndir, hər şeyə qadirdir" (əş-Şura, 49-50).

Övladlarının ailə qurub, uşaq dünyaya gətirdiklərini gördükdə valideynlər mənən həzz alırlar ki, bu da onların "qazancı"ını artırır. Onlar övladları və nəvələri vasitəsilə gələcək mövcudluqlarını hiss edirlər.

Biz ailədə ancaq bir uşaq (qız və ya oğlan) olduqda hansı fikir ayrılıqlarının yarandığını bilirik. Uşağın qardaş və bacıları olduqda hiss etdiyi şey bibiləri, əmiləri, dayı və xalaları, baba və nənələri olmadıqda hiss etdiyi şey kimi deyildir. Ailənin genişliyi uşaqlara dəstək, kömək, arxa demək-

dir, psixoloji uyğunlaşma deməkdir. Həm ata, həm də ana tərəfdən daha böyük ailəyə sahib olduqlarında uşaqlar özlərini başqa cür hiss hiss edirlər. Çünki uşaqlarla geniş ailənin üzvləri arasında sağlam əlaqə əlavə mənəvi dayaq və kömək mənasına gəlir. Qızların qız, bacı, həyat yoldaşı, ana, xala, bibi və nənə olaraq, oğlanların da oğul, qardaş, ər, ata, dayı, əmi və baba olaraq öz rolları vardır.

Bir dəfə ailə – həmişə ailə!

Əgər sabah ölsək, işlədiyimiz şirkət və ya qurumda bir neçə gün sonra yerimizə başqasını təyin edəcəklər. Halbuki ölməyimiz qoyub getdiyimiz ailə üçün böyük itkidir. Amma biz ailəmizdən çox, işimiz üçün çalışıb-vuruşuruq. Sizcə, bu, müdrik davranış-dırmı?! (anonim internet istifadəçisi)

Sağlam ailə ənənəsi bəzən məktəblərdə öyrədilməyən əxlaq dəyərlərini möhkəmləndirir.

Ailə həyatı ailənin düzgün məqsədlərinin müəyyənləşdirilməsinə əsaslanır. Məqsəd təkcə uşaq dünyaya gətirməklə məhdudlaşmır. Təkcə bəşər nəsli tükənməsin deyə uşaq dünyaya gətirmirik. Ailə üçün ailəni qoruyub saxlamağın mənası yoxdur. Odur ki məqsəd ailəni qoruyub saxlamaqdan daha alidir. Allah Təala buyurur:

"Ey insanlar, siz tək bir kəsdən yaradan, ondan zövcəsini xəlq edən, onlardan da çoxlu kişi və qadın törədən rəbbinizdən qorxun! (Adı ilə) bir-birinizdən (cürbəcür şeylər) istədiyiniz Allahdan, həmçinin qohumluq əlaqələrini kəsməkdən həzər edin! Şübhəsiz, Allah sizin üzərinizdə gözətçidir" (ən-Nisa, 1).

İnsanlar Adəmdən yaradılmış, ondan da zövcəsi xəlq edilmişdir. Onlardan isə bir çox qadın və kişi törəmişdir. Yuxarıdakı ayə tək şəxslə əlaqəli olsa da, eyni proses aşağıdakı ayədə hər kəsə aiddir:

"Allah sizin üçün özünüzdən zövcələr yaratdı, zövcələrinizdən də sizin üçün oğullar, nəvələr əmələ gətirdi, pak (halal) nemətlərindən sizə ruzi verdi. Belə olduqda, onlar (müşriklər) batilə inanıb Allahın nemətini inkarmı edirlər?" (ən-Nəhl, 72).

Aşağıdakı ayədə göstərilir ki, insan yer üzündə müəyyən rol üçün yaradılmışdır:

"(Ya rəsulum!) Sənin rəbbin mələklərə: "Mən yer üzündə bir xəlifə (canişin) yaradacağam", – dedikdə (mələklər): "Biz Sənə şükür etdiyimiz, şəninə təriflər dediyimiz və Səni müqəddəs tutduğumuz halda, Sən orada (yer üzündə) fəsad törədəcək və qan tökəcək bir kəsmi yaratmaq istəyirsən?" – söylədilər. (Allah

onlara:) " Mən bildiyim şeyi siz bilmirsiniz!" – buyurdu" (əl-Bəqərə, 30).

Ayədə hər bir insanın dünyadakı vəzifəsi göstərilib: xəlifə olmaq! Bir xəlifə olaraq insanın vəzifəsi yer üzünü abadlaşdırmaq, ədaləti bərqərar etməkdir. Quran xatırladır ki, həyat imtahandır, insan ancaq Allaha ibadət etmək üçün yaradılıb:

"Mən cinləri və insanları ancaq Mənə ibadət etmək üçün yaratmışam" (əz-Zariyat, 56).

Beləliklə, ailənin məqsədləri ibarətdir: Allaha ibadət etmək, xəlifə olmaq, Allahın verdiyi ruzi və nemətlərə razılıq etmək, qohumluq əlaqələrini qoruyub saxlamaq, bir-birinin hüquqlarına riayət etmək.

Allah Təala aşağıdakı ayədə əmin-amanlığa (dinclik, sakitlik), sevgi və şəfqətə əsaslanan evlilik münasibətləri haqda danışır:

"Sizin üçün onlarda sakitlik tapasınız deyə, öz cinsinizdən zövcələr xəlq etməsi, aranızda (dostluq) sevgi və mərhəmət yaratması da Onun qüdrət əlamətlərindəndir. Həqiqətən, bunda (bu yaradılışda) düşünən bir qövm üçün ibrətlər vardır!" (ər-Rum, 21).

Quran ailədə sevginin zəruriliyindən danışsa da, bu, həyatda ən ali sevgi deyildir. Allahın Mərhəmət, Ədalət və Salam atributları vardır, odur ki birinci yerdə Allah və Peyğəmbər sevgisi dayanır:

"(Ya rəsulum!) De: "Əgər atalarınız, oğullarınız, qardaşlarınız, övrətləriniz, qəbiləniz (qohumlarınız), qazandığınız mallar, kasad olmasından qorxduğunuz ticarət, xoşunuza gələn məskənlər sizə Allahdan, peyğəmbərindən və Allah yolunda cihaddan daha sevimlidirsə, Allahın əmri (əzabı) gəlincəyə qədər gözləyin. Allah fasiqləri doğru yola yönəltməz!" (ət-Tövbə, 24).

Sevginin əsasında Yaradıcını sevmək dayanır. Xaliqi sevmək ən ali sevgi formasıdır. İnsan valideynləri və qohumlarını, ona pislik etsələr də, sevir. Çünki bu sevgini Allah Təalaya olan sevgi doğurur. Allah günah işləməyimizə baxmayaraq, bizə qarşı çox səxavətlidir. Ailədəki sevgi Quranda belə izah olunur:

"(Adı ilə) bir-birinizdən (cürbəcür şeylər) istədiyiniz Allahdan, həmçinin qohumluq əlaqələrini kəsməkdən həzər edin! Şübhəsiz ki, Allah sizin üzərinizdə gözətçidir!" (ən-Nisa, 1);

"Rəbbin yalnız Ona ibadət etməyi və valideynlərə yaxşılıq etməyi (onlara yaxşı baxıb gözəl davranmağı) buyurmuşdur" (əl-İsra, 23).

Qayğı və sevgidə ana atadan əvvəl gəlir. Əvvəlcə onun qayğısına qalmaq lazımdır. Hədisdə deyilir ki, bir şəxs gələrək Peyğəmbərdən *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* soruşdu:

– Ey Allahın rəsulu, kimə daha çox qayğı göstərib yaxşılıq edim?

– Anana.

– Sonra kimə?

– Anana.

– Sonra kimə?

– Anana.

– Bəs sonra kimə?

– Atana (Buxari).

Allahın qulları iki şeyə ümid edirlər: xoşbəxt ailə həyatı qurmaq və müttəqilərə imam olmaq.

> *"Və o kəslər ki: "Ey rəbbimiz, bizə zövcələrimizdən və uşaqlarımızdan gözümüzün işığı olacaq övladlar ehsan buyur və bizi müttəqilərə imam (rəhbər) et!" – deyirlər" (əl-Furqan, 74).*

Yuxarıdakı ayədə izah olunur ki, ailədəki hər kəsin (babanənələrin, valideynlərin, uşaqlar və nəvələrin) məqsədi xoşbəxtlik, sevinc və dinclikdir. Əməlisaleh liderlər yetişdirmək isə ikinci məqsədi əmələ gətirir. Uşaqları xoşbəxtliyin başlıca prinsipləri əsasında tərbiyə etməklə bu iki məqsədə çatmaq mümkündür. Həmin prinsiplərə dürüstlük, Allaha ibadət, yer üzünü abadlaşdırma, Allaha və peyğəmbərlərə sevgi daxildir. Bu prinsiplərə etinasız yanaşmaq ailəni xoşbəxtlikdən məhrum edir.

Valideynlər övladlarının düzgün davranıb həyatda məqsədyönlü hərəkət etdiklərini gördükdə tərbiyədən zövq alırlar.

Əziz valideynlər! Bu prinsipləri öyrənin, müxtəlif inkişaf mərhələlərində uşaqlarınıza başa salın, ən əsası, özünüz onlara əməl edin. Bununla da, övladlarınızın könlünə ləyaqət və xeyirxahlıq "toxumlar"ı əkmiş olacaqsınız. Hətta uşaq böyümə prosesində Allahı unudarsa, vaxt gələcək iman "toxumlar"ı cücərib meyvə verəcəkdir. Elə isə ana öz övladına süd verərkən ona həm də "saf iman" əmizdirməlidir. Çünki bu addımla şəxsiyyətin sağlam özülü atılır. Başlanğıcda uşaqlarınız üçün prioritetlər

müəyyənləşdirin. Sağlam bünövrə uşağın ətrafdakı şirnikdirici şeylərə müqavimət göstərmək gücünü artırır.

Müdafiə məsələsində ancaq dövlət qurumlarına etimad göstərmək kifayət etmir. Cəmiyyəti ən aktiv şəkildə qoruyan mexanizm uşaqlara aşılanan dəyərlər və əxlaqdır. Özünəhörmət və özünənəzarət hissi müdafiədə ən təsirli vasitələr hesab olunur. Valideynlər uşaqlarına kiçik yaşlarından iman, dürüstlük və rəhmdillik aşılamalı, ilahi vəhyin hikmətlərindən istifadə etmələrinə şərait yaratmalıdırlar.

Müsəlman ailəsində nə baş vermişdir?

Zaman keçdikcə ailə dəyərləri zəifləmişdir. Buna boşanma hallarının artması, birvalideynli ailələrin çoxalması, kəbinsiz cütlüklərin meydana çıxması, qeyri-qanuni uşaqların dünyaya gəlməsi, yoxsulluq, valideyn və uşaqlar üçün əmin-amanlığın olmamağı təsir göstərmişdir. Təəssüf ki, müsəlman ailə qurumu heç vaxt bugünkü qədər zəif olmamışdır. Zəifləmiş, problemlər burulğanında boğulmuşdur.

Müsəlman ailə qurumunun tənəzzül səbəbi mürəkkəbdir. Bir tərəfdən, bu, ümmətdəki tənəzzül və parçalanma ilə əlaqəlidir. Bir sıra amillər, o

cümlədən iqtisadi vəziyyətin pisləşməsi, təhsil sistemindəki çatışmazlıqlar, imanın həyatın bir küncünə atılması müsəlman ailəsinə mənfi təsir göstərmişdir. Müsəlman elmi-mədəni irsi nəhəng və zəngin olsa da, "bulanma" və yanılmalarsız ötüşməmişdir. Ümməti vaxtı ilə inkişaf etdirmiş amilləri yenidən aktivləş-

dirmək üçün bu səhvlərin nədən ibarət olduğunu müəyyənləşdirmək və aradan qaldırmaq lazımdır. Həmçinin uşaqları inkişafa əngəl yaradan təsirlərdən qorumaq gərəkdir. Əks halda, biz mənən çökmüş böyüklərin yaşadığı cəmiyyətlə baş-başa qalacağıq.

Quran müsəlmanları oxumağa, dərk etməyə, düşünməyə, anlayıb başa düşməyə həvəsləndirir. Bəs nə üçün müsəlmanların savadsızlıq dərəcəsi dünyada ən yüksək həddə çatıb? Nə üçün onlar xurafat və mövhumat içərisində itib-batmışlar? Keçən bir neçə əsr ərzində müsəlmanlar məğlub olmuş, qətliamlara məruz qalmış, diz çökdürülmüşlər. Torpaqları, sərvətləri qəsb edilmiş, amalları heç olmuşdur. Bu azmış kimi, onlar dünya haqqında saxta təsəvvürlərin qurbanına çevriliblər, "bulanıq" mədəniyyətə sahibdirlər, özlərinə inamları zəifdir, kimliklərindən məhrum olublar, pul və hakimiyyəti əxlaq və xeyirxahlıqdan üstün tutublar. Onlara görə tənbəllik və tamahkarlıq əmin-amanlıq və xalqın maraqlarından daha üstündür. Bütün bunların nəticəsində Müsəlman ümməti korrupsiya, xəstəliklər, yoxsulluq və aclıqdan əziyyət çəkir.

Müsəlmanların böyük hissəsi əlli altı ölkədə yaşayır. Bir neçə müsəlman dövləti bir-biri ilə müharibə şəraitindədir. Bu ölkələrdə istehsal az, istehlak isə çoxdur. Əhali güclə keçinir, qurma, yaratma, inkişaf etdirmə əvəzinə, bir loğma çörək qazanmaqla məşğuldur. Tənəzzül əsrləri kimliklərini silib atmış, mədəniyyətlərini kirlətmiş, xurafatı əsas götürən zehniyyətin yayılmasına səbəb olmuşdur. Üstəlik, bütün müsəlman ölkələrində Qərbdən götürülmüş təhsil sistemi fəaliyyət göstərir. Yeni nəsillərin özlərinə, mədəniyyət və dinlərinə, əcdadlarına inamı itmişdir. Gənclər öz kimliklərinə şübhə ilə yanaşırlar. Nəticə etibarı ilə, özlərinə, şərəf-izzət və şüurlarına ehtiramları azalmışdır. Həmçinin yaltaqlıq şüuru onlara hakim kəsilmişdir. Onlar məsuliyyətli və yaradıcı həyat tərzini mənimsəmək üçün əxlaqi-mənəvi gücə möhtacdırlar. Bu deyilənlərlə yanaşı, evdə, küçədə, cəmiyyətdə həmrəy-

lik aradan qalxmışdır. Müsəlmanlar kişili-qadınlı başqa mədəniyyətləri təqlid etməyə başlamışlar. Bu da öz növbəsində açıq-saçıqlıq, cinsi istəklərin arxasınca qaçmaq, dinin vacib əməllərinə etinasızlıq doğurmuşdur. Belə ziddiyyətli vəziyyət nə müsəlman, nə də müasir ailələrin yaranmasına gətirib çıxarmışdır. Həmçinin maddi qazanc və fiziki həzz üçün canfəşanlıq göstərmək valideynləri əxlaq abı-havasından uzaqlaşdırmışdır. Bununla da, cəmiyyətin – ailə qurumunun tənəzzülü başlanmışdır. Halhazırda müsəlman ailələrdə yüksək əxlaqa, nəcib keyfiyyətlərə sahib cəsur, yaradıcı, özünəinamı olan, məsuliyyətli vətəndaşlar əvəzinə, korlanmış, eqoist, yaratmaqdan çox istehlak edən, cəmiyyətin inkişafına töhfə vermək yerinə özünü düşünən, bədxərc və ziyankar uşaqlar yetişir. Bir çox valideyn savadsız və laqeyddir. Bu da öz növbəsində, oxumaq, müxtəlif bilik və bacarıqlar qazanmaq istəyən uşaqlara təsir göstərir. Həmçinin bəzi müsəlman cəmiyyətləri despot hökumətlərdən əziyyət çəkir.

Deyilənlərdən ziyadə, bir çox müsəlman aşağıdakı problemlərin qurbanına çevrilmişdir:

- İdeoloji təzyiq səbəbi ilə müstəqil düşüncənin olmamağı
- Söz azadlığının olmamağı
- Korrupsiya və pis idarəetmə nəticəsində müstəqil biznes fəaliyyətinin olmamağı
- Qadın hüquqlarının məhdudlaşdırılması
- Azad siyasi fəaliyyətin olmamağı, vətəndaşların sərbəst şəkildə öz rəhbərlərini seçə bilməməsi.

Müsəlmanlar geriliyin bütün səbəblərini bir gündə aradan qaldıra bilməsələr də, ilk addımı atmaq öz əllərindədir. Söhbət əməlisaleh, müvəffəqiyyətli, cəmiyyətə faydalı övlad tərbiyə etməkdən gedir. Onlar bu məqsədlə ölkələrində yayılmış despotik və avtoritar tərbiyə üsullarını dəyişməli, ənənəvi valideynlik təcrübəsində ciddi dəyişikliklər aparmalıdırlar.

Uşaqların inkişafı və mütərəqqi təhsil sistemi

Müsəlman dünyasının sürükləndiyi tənəzzülün qarşısını almaq üçün ciddi islahatlara cəhd göstərilmiş, bir çox layihə həyata keçirilmişdir. Lakin tərbiyə mövzusu bu layihələrə daxil edilməmişdir. Halbuki bu mövzu böyük islahatçı və alimlərin fəaliyyətində xüsusi yerə sahib olmuşdur. Ümmətin tənəzzülünü dayandırmaq, vəziyyətini yaxşılaşdırmaq üçün yorulmadan çalışan insanlar bu sahəni islahatçılıq cəhdlərinin edildiyi sahələr (ilahiyyat, fəlsəfə, siyasət, sosiologiya və iqtisadiyyat) arasında göstərməmişlər. İslahatçılıq cəhdlərinə baxmayaraq, Müsəlman ümməti inkişafa mane olan xəstəliklərdən şəfa tapmamışdır. Müsəlman fərdin nəhəng imkan və bacarıqlarından hələ də tam şəkildə istifadə edilmir. Xüsusən elm və texnologiya sahəsində yaradıcılıq, məhsuldarlıq və nailiyyət baxımından müsəlmanlarla qeyriləri arasında yaranmış uçurum son onilliklərdə daha da dərinləşmişdir. Odur ki alim və pedaqoqların öhdəsinə diqqətdən yayınan cəhətləri tapmaq və həll yolları təqdim etmək məsuliyyəti düşür. Həmçinin onlar uşaq tər-

biyəsi, inkişafı və təhsilinin müxtəlif məsələlərini ciddi şəkildə öyrənməli, sınaqdan keçirməlidirlər. Onlar evlərdə uşaq tərbiyəsi mövzusundan başlamalıdırlar. Uşaqların düşüncə və hissləri valideyn və islahatçıların diqqətini çəkmədikcə Müsəlman dünyası tənəzzüldən, ətalətdən əziyyət çəkəcəkdir.

Ənənəçi-islahatçılar əsas diqqəti dini ayinlərə, onların hüquqi-siyasi aspektlərinə verirdilər. Dünyəvi müsəlman reformatorları isə başqa şeyə – keçmişdə ölkələrini qəsb etmiş qərblilərin yamsılanmasına diqqət yetirirdilər. Onların xalq kütlələrinə "töhfə"si quru və boş vədlərdən, arzulardan ibarət idi.

Bəzi islahatçılar emosionallıq və yüksək coşqunluqla qeyri-praktik həll yolları təqdim etmişdilər. Bu həll variantları islamın qızıl dövrünün təqlidinə əsaslanırdı. Qadınların rolu və övlad tərbiyəsində daşıdıqları məsuliyyət diqqətdən kənarda qalmışdı.

Bizim uşaq tərbiyəsi, təhsili və inkişafından bəhs edən hərtərəfli ədəbiyyata ciddi ehtiyacımız vardır.

Dini-ənənəvi və ya modern-dünyəvi səciyyə daşımasından asılı olmayaraq, islahatçıların səmimi çağırışlarına xalq kütlələrinin reaksiyası sönük və cüzi idi. Müsəlmanların əksər hissəsi buna reaksiya versə də, təşəbbüslə çıxış etməmiş, problemin təhlili və öyrənilməsi metodologiyasını işləyib hazırlamamışdı. İslahatçılar ilahi qanunauyğunluqlar (***əs-sünən əl-ilahiyyə***) mövzusunu təbiət, sosial və humanitar elmlərlə vəhdətdə götürməyi bacarmadılar.

Müsəlmanlar uşaq tərbiyəsi və bu işin doğuracağı nəticənin əhəmiyyətini dərk etməlidirlər. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* ilk səhabələrə *(Allah onlardan razı qalsın!)* islamı öyrədəndə onlar həddi-buluğ yaşında idilər. Onların şəxsiyyəti kiçik yaşlarında formalaşmışdı. Hələ uşaq ikən təzyiq altında tərbiyə olunmamış, azad ruhda böyümüşdülər. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* uşaqlarda şəxsiyyətin (xarakterin) formalaşdırılmasının əhəmiyyətinə toxunaraq demişdi: "Onların Cahiliyyət dövründə seçkin olanları, dini yaxşı başa düşər-

lərsə, müsəlman olduqdan sonra da seçkindirlər" (Buxari).

İstər islamdan əvvəlki mərhələ olsun, istərsə də sonrakı mərhələ, fərqi yoxdur, fərdin əsas məziyyətləri uşaqlıq dövründə formalaşır. Bacarıq və təcrübəni sonra qazanmaq olar, lakin yaxşı xarakter və gözəl əxlaqı insana kiçik yaşlarında aşılamaq lazıdır.

Peyğəmbərlik gəldikdə Həzrəti Məhəmmədin 40, Həzrəti Əbubəkrin 37, Həzrəti Osmanın 36, Həzrəti Ömərin 19, Həzrəti Əlinin isə 12 yaşı vardı. Həmin vaxt Peyğəmbərin həyat yoldaşı Həzrəti Xədicə 55 yaşında idi.

Quran başlıca məqsəd və əxlaq dəyərləri təqdim edir. Bu məqsədləri həyata keçirmək üçün atalar və analar ilk addımlarını atmalıdırlar. Onlardan psixologiya və sosiologiyanın, ünsiyyət və təlim-tərbiyənin üsul və vasitələrindən istifadə etməklə uşaqların şəxsiyyətini hələ kiçik yaşda formalaşdırmaq tələb olunur. Başlıca əxlaq dəyərləri və insanın əsas tələbatları dəyişməsə də, tərbiyə vasitələri və üsullarını araşdırmaq, inkişaf etdirmək, yeniləmək lazım gəlir. Mövzunu daha geniş müstəvidə gündəmə gətirmək, düzgün tərbiyənin əhəmiyyətini dərk etmək məqsədilə dünyanın hər yerində tərbiyə bacarıqlarının icrası və tətbiqinə dair müxtəlif kurslar təşkil olunur. Əslində, dövlətləri inkişaf göstəricilərinə görə təsnif etdikdə uşaqların tərbiyə edilməsi üsulu da əksər hallarda meyar göstərilir. Tərbiyə işinə etinasız yanaşmaq fəlakətlə nəticələnəcəkdir. Heç bir xalq bu fəlakətə tab gətirə bilməz. Odur ki gələcək valideynlər üçün uşaq tərbiyəsi kursları təşkil etməklə bu sahədə uğur qazanıb zərərin qarşısını ala bilərik. Uşaq tərbiyəsi şüurunu möhkəmləndirmək üçün müxtəlif sosial fəaliyyət formalarının həyata keçirilməsi düzgün iş olardı. Həmçinin müxtəlif ölkələrdə yaradıcı tərbiyə işi üzrə ixtisaslaşmış qurumların, yaxud ayrıca nazirliyin yaradılması mümkündür.

Sağlam tərbiyə və təhsil sisteminin zəruriliyi haqqında

Əgər uşaqlarımıza yaxşı təhsil və tərbiyə vermək istəyiriksə,

Müsəlman dünyasında təhsil və tərbiyə sisteminin mövcud vəziyyətinə hərtərəfli və diqqətli nəzər salmalıyıq. Uşaq xarakteri və kimliyinə hələ də yaxşı bələd olmadığı üçün müsəlman məktəbləri tənqid olunur. Məsələn, uşaqlar üçün oyunların hazırlanması üsullarında çoxlu səhvlər vardır. Tədris metodikası əksər hallarda icbariliyə əsaslandığı, quru və qeyri-harmonik olduğu üçün uşaqların müxtəlif inkişaf mərhələlərini nəzərə almır. Bu təhsil sistemi uşaqların bir-birindən fərqləndiyini, oyunlara və idmana meylini nəzərdən qaçırır, əzbərləmə və təlqini əsas götürür.

Tarixən Müsəlman dünyasında məktəblərdə təhsilin iki müxtəlif forması olmuşdur. Birincisi hakim və varlı təbəqənin uşaqlarına verilən balanslaşdırılmış təhsil idi. Bu təbəqənin uşaqları xüsusi hazırlığı olan müəllimlərin – müəddiblərin yanında savad alırdılar. Dərslər hakim və varlı təbəqəyə aid saraylarda, imarətlərdə keçirilirdi. Müəllimlərin məqsədi uşaqları gələcəyin liderləri olaraq tərbiyə etmək idi. Müaviyə ibn əbu Süfyan, Əbdülməlik ibn Mərvan, Həccac əs-Səqəfi, Harun ər-Rəşid və başqalarının bacarıqlı müəllimləri olmuşdur. Müəddiblər hakim və varlıların uşaqlarına din, mədəniyyət və ədəbiyyat öyrədir, müxtəlif bacarıqlar aşılayırdılar. Belə fərdi təhsilin yeganə çatışmazlığı bu idi ki, uşaqlar qrup təhsilinin müsbət tərəflərindən məhrum edilmişdilər.

İkincisi isə mədrəsə təhsili idi. Mədrəsələrdə (***kuttab***) uşaqlara Qurandan bir neçə cüz[2] və hesabın əsaslarını öyrədirdilər. Müəllimlərin sayı az, imkanlar məhdud idi. Müəllimlər uşaqları tərbiyə vasitəsi olaraq fiziki cəzalandırma üsuluna əl atırdılar. Uşaqlara oyunlar qadağan edilmişdi. Tələqin – birtərəfli tədris əsas tədris metodikası sayılırdı. Qeyd edilməlidir ki, bu iki təhsil forması hələ də bəzi müsəlman ölkələrində qorunub saxlanmışdır.

Varlılar öz uşaqlarını yerli və ya xarici özəl, kasıblar isə ümumi və imkanları məhdud məktəblərə göndərirlər. Özəl

[2] Cüz: (ərəb. hissə) – Quranın otuz hissəsindən biri – ***tərcüməçinin qeydi.***

məktəblərin maliyyə imkanları genişdir, odur ki yüksək hazırlıqlı müəllimlər işə cəlb olunur, xarici təhsil təcrübəsi və metodikası tətbiq edilir. Hətta xüsusi tədris üsullarına müraciət olunur, yüksək imkanlar və şərait yaradılır. Məsələn, buraya laboratoriyalar, optik avadanlıqlar, kitabxanalar, meydançalar daxildir. Bu imkan və şəraitə ümumi məktəblərdə rast gəlinmir.

Təəssüf ki, Müsəlman dünyasındakı bu məktəblərdən adətən öz irsinə, keçmişi və dininə mənfi münasibət bəsləyən tələbələr məzun olur.

Zəif təhsilin, bacarıqsız müəllimlərin həqiqi qurbanları uşaqlardır. Belə uşaqlar böyüdükdən sonra cəmiyyətin böyük hissəsini tərbiyə etmək imkanı əldən çıxır. Ümumiyyətlə, ümməti dirçəltmək istəyiriksə, bizdəki tərbiyə üsulunu və təhsil sistemini dəyişdirməliyik. Həmçinin tərbiyə işində əsas diqqət erkən uşaqlıq mərhələlərinə verilməlidir. Bu istiqamətdə birinci işimiz ilk müəllimlərə – valideynlərə xitab etməkdir. Onlar ruhun müəllimləridir, şəxsiyyət formalaşdıranlardır.

Bir çox qadın və kişi arasında "Vaşinqton Post" qəzetinin Harvard universiteti ilə birlikdə keçirdiyi "Prioritetləriniz nədir?" sorğusunun nəticələri aşağıdakı kimi idi: iqtisadi və psixoloji təzyiqlərlə mübarizə, ailədaxili əlaqələri möhkəmləndirmək, uşaqlarla fəal ünsiyyət, anaları övladları ilə çox vaxt keçirməyə həvəsləndirmək. Bu sorğu göstərmişdi ki, düzgün tərbiyə əsas prioritetdir ("Ailə" jurnalı, 2005).

İnsafən deməliyik ki, balanslaşdırılmış və yaxşı tərbiyə nümunəsi bu gün nə Müsəlman dünyasında, nə də Qərbdə mövcuddur. Sosial dəyişik-

lik axtarışında olan hər bir cəmiyyət başa düşməlidir ki, düzgün tərbiyə əxlaqi, mənəvi və maddi xoşbəxtliyin əsas şərtidir. Eləcə də tərbiyəyə dair təsəvvürlərimizi təshih edib dəyişdirməliyik.

Tərbiyə həm ağlı, həm də könlü (qəlbi) ehtiva etməlidir. Ağıl məntiq və strategiyaların, qəlb isə hisslər, sevgi, mehribanlıq və intuisiyanın mövcudluğunu zəruri edir. Yaradıcı tərbiyə özündə elmi bilikləri və bədii hissiyyatı birləşdirməlidir.

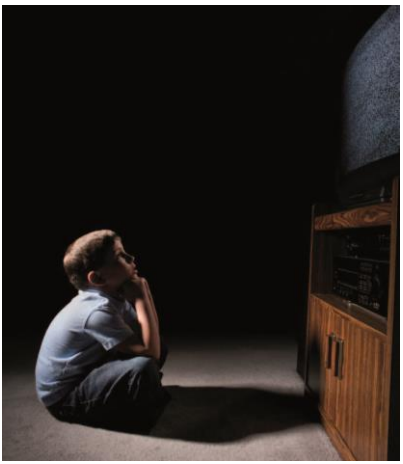
Mədəniyyətin (sivilizasiya) yaranması üçün bir çox quruma ehtiyac vardır. Bu qurumlar dürüst, yaradıcı, fəal və etibarlı şəxslər tərəfindən idarə olunduqda səmərə verir. Ailə qurumu – valideynlər intellektual, mənəvi, fiziki və şəxsiyyət (xarakter) baxımından güclü fərdlərin tərbiyə edilməsi vəzifəsinə ən layiq olanlardır. Bu vəzifə məktəblərə, informasiya vasitələrinə, hökumətlərə həvalə edilməməlidir. Bu qurumlar adıçəkilən vəzifənin həyata keçirilməsinə böyük ölçüdə kömək etsə də, uşaqların maraqlarını təmin etmək və buna səmimiyyətlə can atmaqda heç nə valideynləri əvəzləyə bilməz.

Altruizm və şəfqət valideynlərdən tələb olunan keyfiyyətlərdir. Valideynlər yeganə insanlardır ki, övladlarının onlardan daha yaxşı, daha üstün olmalarını istəyirlər. Halbuki hər kəs özünün dünyada ən üstün insan olmağını arzulayır.

Valideynlər əllərindən gələni edirlər ki, övladlarını mümkün ən yaxşı üsulla tərbiyə etsinlər. Məsələn, birisi valideynlərə övladları üçün nəyin yaxşı olmağı haqqında danışdıqda ona diqqətlə qulaq asırlar. Yetər ki, onlar övladları üçün yaxşı olan şeyləri həyata keçirməyi öyrənsinlər.

Tərbiyədə əsas olan budur ki, valideynlər öz məsuliyyətlərini başa düşsünlər. Uşaqları tərbiyə həyat boyu davam edən vəzifə olub, təkcə erkən uşaqlıq mərhələsində icra edilmir. Düzdür, bu mərhələ çox mühümdür, amma tərbiyə işi onunla məhdudlaşmır. Bu mərhələdə valideynlərin rolu əsasdır, amma onlar düzgün vasitələrdən istifadə etsələr, sonrakı mərhələlər ərzində uşaqların xarak-

terinin formalaşmasında fəal rol oynaya bilərlər.



ABŞ-da ailə

"Bir uşaq tərbiyə etmək üçün bütöv kəndə ehtiyac vardır (It takes A Village to Raise a Child)" kitabında (1996) Hillari Klinton göstərir ki, yeniyetmə qızların 40 faizi 20 yaşından qabaq hamilə qalırlar; hər il bir milyon yarım abort faktı qeydə alınır; amerikalıların çoxu işlərini ailələrindən çox həftəsonu istirahəti üçün daha yaxşı planlaşdırırlar.

H. Klinton yazır: "Əgər qeyri-qanuni doğulanların sayı 1960-cı ildə 5 faiz təşkil edirdisə, 1996-cı ildə bu rəqəm 25 faizədək artmışdır. Uşaqların 20 faizi yoxsulluq içərisində yaşayır. Hər il təxminən 7000 uşaq qətl cinayətlərinin qurbanı olur. 135000 uşaq hər gün özləri ilə məktəbə silah aparır. İstər varlıların, istərsə də kasıbların uşaqları pis davranış, diqqətsizlik və mənəvi problemlərdən, xüsusən qarşısı alına biləcək problemlərdən əziyyət çəkirlər. Həddi-buluğa çatmış hər üç amerikalıdan biri artıq çəkinin qurbanıdır. Bu rəqəm ötən əsrin yetmişinci illərində dördün birə idi".

Müəllif qeyd edir ki, sıravi amerikalı tələbə məktəbdə 11000, televizor qarşısında isə 15000-20000 saat vaxt keçirir. On yeddi yaşlı gənc televizor vasitəsilə 18000 qətl faktını görmüş olur. Sıravi amerikalı uşağın bir il ərzində televizorda görmüş olduğu təcavüz, qətl, silahlı qarət faktlarının sayı təxminən mindən çoxdur. Hər gecə televizorda oxşar qanun pozuntularına baxan amerikalı gənc 1972-ci il "Votergeyt" böhranında prezident Niksonun əməlinə tamaşa etdikdə, sizcə, prezidentin Demokratlar partiyasının qərargahını gizlicə dinləməsini qınayarmı?! Heç şüb-

həsiz ki, o buna qəhrəmanlıq kimi baxacaqdır.

Hər gün bir çox cinayət faktına tamaşa edən uşaqlar etinasızlaşırlar və bu onların həyatında vərdiş halına gəlir. Odur ki valideynlər övladlarının hər gün məruz qaldıqları səhv "mesaj"lara qarşı ayıqsayıq olmalı, onları belə "mesaj"lardan qorumalı, mənfi təsirlərinə əngəl olmağa çalışmalıdırlar.

Amerikalı müəlliflərin tərbiyəyə dair əsərləri lazımi təsir göstərəcək sayda deyildir. Odur ki biz bunun səbəblərini araşdırmalıyıq. Görünür, aidiyyəti göstəriş və təlimatlar çoxluğuna, bir neçə onilliklər ərzində davam edən tədqiqatların aparılmasına baxmayaraq, bizdə uşaqları tərbiyə pisə doğru gedir.

Hollivudda əxlaqi gözəlliyə deyil, xarici görünüşə diqqət ayırırlar. İctimai yerlərdə lüt qadın və kişi heykəlləri vardır. Qadının xarici görünüşünə əhəmiyyət verən, əxlaq və mənəvi dəyərlərdən uzaq gözəllik müsabiqələri keçirilir. Bu gözəllik müsabiqələri o dərəcədə adiləşib ki, hətta köpək və pişiklərin gözəllik müsabiqələri təşkil olunur!

İslam etiqadına gəlincə, qəbul olunub ki, Allah gözəldir, gözəlliyi də sevir, amma əsas diqqət şəxsiyyət gözəlliyinə, əxlaqa və dəyərlərə verilməlidir.

Söhbət ailədaxili problemlərdən, narkomaniya və cinsi əxlaqsızlıqdan gedirsə, problemə baxış bucağımız həll yollarının formatına təsir edəcəkdir. Əgər problemə iqtisadi problem olaraq nəzər salırıqsa, həll yolu da iqtisadi olacaqdır; problemin sosial olduğunu müəyyən ediriksə, çıxış yolu da sosial formatda olmalıdır; yox, problemə maddi tərəfdən baxırıqsa, həll variantı da maddi səciyyə daşıyacaqdır. Məsələn, çox vaxt deyilir ki, narkomaniya problemini həll etmək üçün "istehlakçı" deyil, istehsalçı tərəfi nəzarət altına almaq lazımdır. Bu səbəbdən hökumətlər narkotik maddələrin daşınması ilə mübarizəyə küllimiqdarda vəsait xərcləyir. Buna baxmayaraq, problem hələ də həll edilməyib. Narkobaronlar bu iyrənc ticarətdən milyonlar qazanmaqda davam edirlər. Artıq bu problemə mənəvi, əxlaqi

və sosial problem olaraq baxmağın vaxtı çatmışdır.

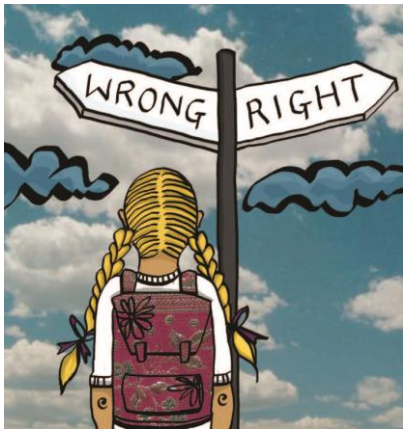
Uşaq tərbiyəsi haqqında ABŞ-da yayılmış səhvlər

Amerika cəmiyyətində məqsədlərlə vasitələrin "mübarizə"si uşaqlarda bir çox zehni qarmaqarışıqlığa səbəb olmuşdur. "Nə üçün Coni doğrunu səhvdən ayıra bilmir?" kitabında (1993) Uilyam Kilpatrik göstərir ki, valideynlər övladlarının dürüst, etibarlı, ədalətli, tərbiyəli, hörmətli olmağını istəyirlər. Elə isə bu keyfiyyətləri övladlarına aşılamağa valideynlərə nə mane olur? Nə olacaq, uşaq tərbiyəsinə dair uydurmalar! Biz ayrıca fəsildə bu cür uydurma və yalanlara təfsilatlı şəkildə toxunacağıq. Bu yerdə isə amerikalı ailələrə xas uydurma və yalanları qeyd etmək istəyirik.

1. ABŞ sərt individualizm ideyası sayəsində yaranıb, odur ki uşaqlar heç bir məcburiyyət olmadan tərbiyə edilməlidirlər.

Təsəvvür edin ki, bir nəfər hakimiyyət orqanlarından qaçaraq meşəyə getmiş, ev tikmiş, meyvə-tərəvəz becərmiş, əlinin zəhməti ilə yaşamağa başlamış, ailəsini vəhşi heyvanlardan, oğru və hökumətdən qorumuşdur. İlk xristian dəstələri (zəvvarlar) On üç Müstəmləkə adlandırılan yerlərə gəldikdə bu torpaqların böyük hissəsində möhkəm idarəetmə sistemi mövcud deyildi. Buradakı xırda hakimiyyət formalarını heç hökumət də adlandırmaq mümkün deyildi. Onlar bu torpaqlara İngiltərə, Fransa və Almaniya hakimiyyət orqanlarının təzyiqlərindən qaçıb gəlmişdilər.

Məhdud səlahiyyətli hökumət ideyasından faydalanmış bir çox amerikalı belə düşünür ki, uşaqları avtoritar nəzarət olmadan və ya məhdud təlimatlar əsasında tərbiyə etmək lazımdır. Amma iş burasındadır ki, böyüklərdən fərqli olaraq uşaqların sağlam ruhda böyüməsi üçün valideyn avtoritetliyi, qayğısı və təcrübəsi tələb olunur.



2. **“Pis yaxşı oğlan” uydurması.** Amerika mədəniyyətində “pis oğlan” obrazı müsbət qəhrəman kimi təbliğ olunur. Buna keçmişdə misal olaraq iki obrazı: Tom Soyyer və Baster Braunu göstərmək olar. İndiki dövrdə isə televizor ekranları və filmlərin “sevimli” qəhrəmanları Qorxulu Denis, Bart Simpson, Balaca Dələduzlar (The Little Rascals) və başqalarıdır. Belə mədəniyyət uşaqları sözəbaxmazlıq və itaətsizliyə təşviq edir, “sözəbaxanlıq” sözü onlar üçün yaxşı məna ifadə etmir.

3. “Uşaqlarda "anadangəlmə xeyirxahlığ"ın qorunub saxlanması üçün sevgi bəs edir” uydurması. Bu ideyanı ilk dəfə XVIII əsrdə fransız maarifçisi Jan Jak Russo irəli sürmüşdür. Bu o deməkdir ki, uşaqlar sərbəst böyüdüklərində nəcib keyfiyyətlər özləri özlərinin “qayğısına qalır”. Yəni, valideynlər uşaqlarını ancaq sevməklə kifayətlənməlidirlər. Russoya görə, sevgi – uşaqların işinə müdaxilə etməmək, onlara tam sərbəstlik verməkdir.

Xristianlığa görə yeddi öldürücü günah:
acgözlük, hərislik, tənbəllik, həsəd, qəzəb, lovğalıq və ehtiras

4. “Mütəxəssislər heç vaxt səhv etmir” uydurması. Valideynlər vəzifələrindən imtina edərək tərbiyə işini “mütəxəssislər”ə həvalə etmişlər. Uşaq tərbiyəsi mütəxəssislərinin çoxu isə yuxarıda göstərilmiş “anadangəlmə xeyirxahlıq” uydurmasına inanır. Göründüyü kimi, bir səhv digərini doğurur. Onlar unikallığın inkişafı, yaradıcı başlanğıc və

uşaq xarakterinin təbiiliyi məsələlərinə çox diqqət ayırırlar. Bəzi mütəxəssislər valideynlərdən tələb edirlər ki, uşaqlarına qanunları və valideynin sözünə baxmağı öyrətmək əvəzinə, özləri onlara uyğunlaşsınlar.

5. "Əxlaq problemləri psixoloji problemlərdir" uydurması. Uşaqların davranış və əxlaq problemləri özünüqiymətləndirmənin azlığı ilə əlaqələndirilir, yaxud onlarda psixoloji tələbatların ödənməməsinin təbii nəticəsi hesab olunur. Tərbiyə mütəxəssislərinin çoxu əksər əxlaq problemlərinin istək və aşkar uşaq dikbaşlığının nəticəsi olmağı fikri ilə razılaşmır. "Özünüqiymətləndirmə" mövzusuna həsr olunmuş kitabların çoxunda "xarakter" haqqında, demək olar ki, danışılmır. Qeyd edilməlidir ki, 1900, 1910 və 1980-ci illərdə "The Ladie`s Home", "Women`s Home Companion" və "Good Housekeeping" jurnallarında uşaq tərbiyəsi haqqında dərc olunmuş hər üç məqalədən birində uşaq xarakterinin (gözəl əxlaq və müsbət xarakterin) inkişaf etdirilməsindən söz açılmışdır.

6. "Valideynlərin uşaqlara öz dəyərləri və əxlaqi keyfiyyətlərini aşılamaq haqqı yoxdur" uydurması. Bəzi insanlar iddia edirlər ki, uşaqlar özləri özlərinə dəyər aşılamalıdırlar. Əslində, uşaqların bunu etmək imkanı olduqca məhduddur. Çünki cəmiyyətdə başqa insanlar öz dəyərlərini onlara qəbul etdirmək istəyirlər. Başqalarının (ssenaristlər, estrada artistləri və reklamçılardan tutmuş seks təbliğatçılarına qədər) öz əxlaq dəyərləri və azadlıq prinsiplərini qəbul etdirməyə çalışdıqları bir vaxtda valideynlərin müşahidəçi və bitərəf qalmaları ağlabatandırmı? Dəyərləri qorumağın bir yolu da günahlar haqqında düşünməkdir.

7. "İkivalideynli ailə birvalideynli ailədən üstün deyildir" uydurması. Əxlaqlı şəxsiyyət yetişdirmək, üsullarını bilsək də, çətin işdir. Amma boşanma bu işi daha da çətinləşdirir. ABŞ-da boşanma səviyyəsi çox yüksəkdir. Qorxulu boşanma statistikası hər

iki ailədən birini əhatə edir. Uyuşdurucu maddələrin, psixoloji problemlərin, arzuolunmaz hamiləliyin qurbanı daha çox birvalideynli ailələrin uşaqları olur. Bunu etiraf etməklə yanaşı, təsdiqləyirik ki, bütün növ ailələrin uşaqları düzgün psixoloji inkişafa qadirdir. Britaniyalı həkim-psixoloq Dablyu Vinnikotun ilk dəfə işlətdiyi "yaxşı, o cümlədən bacarıqlı ana" ifadəsi o deməkdir ki, ana yaxşı olmaqla yanaşı, həm də bacarıqlı olmalıdır. Bu bacarıq sayəsində o öz övladına sağlam xarakterə sahib olsun deyə qayğı və diqqət göstərəcəkdir. Bu ifadə həm də birvalideynli ailələrin ata və analarına aiddir. Uşaqlarının qayğısına qalan tək valideyn onların qayğısına qalmayan ikivalideynli ailələrdən, heç şübhəsiz, yaxşıdır. Ələlxüsus, övladlarını təkbaşına tərbiyə edən valideynin ona bu işdə kömək edəcək geniş ailəsi (atası, anası, qardaşları, bacıları...) vardırsa, sevimli ailə abı-havası yaranacaqdır (bundan əvvəl tək valideynlər haqqında danışmışdıq).

8. "Sırf dünyəvi ailə – nümunə götürüləcək ən yaxşı modeldir" uydurması. Evin müqəddəsliyi ideyası qədim yəhudi, roma və yunan mədəniyyətlərində, XVIII-XIX əsrlərdə Amerikada geniş yayılmışdı. Belə ki evdə müəyyən ayinlər icra olunur, İncildən parçalar oxunurdu. Yəni, ev həyatı daha geniş məna kəsb edirdi. Ailənin müqəddəs qurum olmağı valideynlərə daha çox hakimiyyət, ailə münasibətlərinə də möhkəmlik qazandırmışdı.

Övladlarına sadiq ailələrdə uşaqlara aşılanır ki, ailənin ümumi işlərinə (dini ənənə, peşə məşğuliyyəti, ortaq dünyagörüşü) şərik olsunlar. Təəssüf ki, bu gün ailələrin çoxu dəyərlərə əhəmiyyət vermir. Evlər nə "kiçik kilsələr"i, nə də "kiçik hökumətlər"i xatırladır. Onlar daha çox "ki-

çik mehmanxana və ya yeməkxanalar"a oxşayır. İnsanların qaldığı, heç bir iltizam məsuliyyəti daşımadıqları mehmanxanalar! Yəni, bu "mehmanxanalar"da əxlaq dəyərləri ya çox azdır, ya da heç yoxdur; hər şey sərbəst və icazəlidir; buradakıları dəyərlər maraqlandırmır.

Sual yaranır: Ailələri nə dəyişmişdir? Necə oldu ki, ailə bütöv sosium olmaqdan çıxıb istədiklərini etməyə çalışan yarımmüstəqil fərdlərdən ibarət mexaniki quruma çevrildi? Bu işdə müasir Amerika psixoloqlarının çoxunu qınamaq mümkündür. Çünki onlar əsas diqqəti ailə və nikaha deyil, fərdiyyətçilik və ər-arvadın ayrı yaşamasına verirlər. Məsələn, psixologiyada optimist amerikalıların atası hesab olunan Alfred Adler öz nəzəriyyəsini "Fərdi psixologiya" adlandırmışdı (fərdin hərtərəfli həyat planı kontekstində meyllərin, emosiya və hisslərin, xatirələrin öyrənilməsi). Sinsinatti universitetinin professoru Sərdar Tənvir göstərir ki, dərs otaqlarında "mən" və "özüm" anlayışları ciddi şəkildə təbliğ edilir. Məsələn, müəllimlər tələbələrə deyirlər: "Sən özün qərar verməlisən. Valideynlər sənin yerinə qərar verməməlidirlər", "İstədiyini et" və s. Bunun nəticəsidir ki, qız nənəsinə çımxırır: "Mənə əmrlər vermə, çünki anam deyilsən." Nənə də cavabında deyir: "Amma mən sənin ananın anasıyam" ("Adams" mərkəzində keçirilmiş seminardan (1997).

Dindar mühitdə uşaqlar əmrləri valideynlərdən deyil, əksinə, ailənin bütün üzvləri də daxil olmaqla İncildən başa düşdükləri şəkildə Tanrıdan alırlar. Nəyin doğru, nəyin səhv olduğunu göstərən müsbət və aydın dini qaydalar dini tərbiyəni qeyri-dindar valideynlərin verdikləri tərbiyədən daha üstün, daha etibarlı edir.

Şərq cəmiyyətlərində dini forma və tərzlər geniş yayılıb. Şərqlilər ailəyə, adət-ənənələrinə qarşı çox həssas və iltizamlıdırlar. ABŞ-da isə ailə ənənələrinin çoxu unudulub. Müntəzəm şəkildə icra olunan yeganə gündəlik "ayin" televizora baxmaqdır. Bu hal "Simpsonlar ailəsi" adlı televiziya verilişində istehza ilə tənqid olunur. Buna baxma-

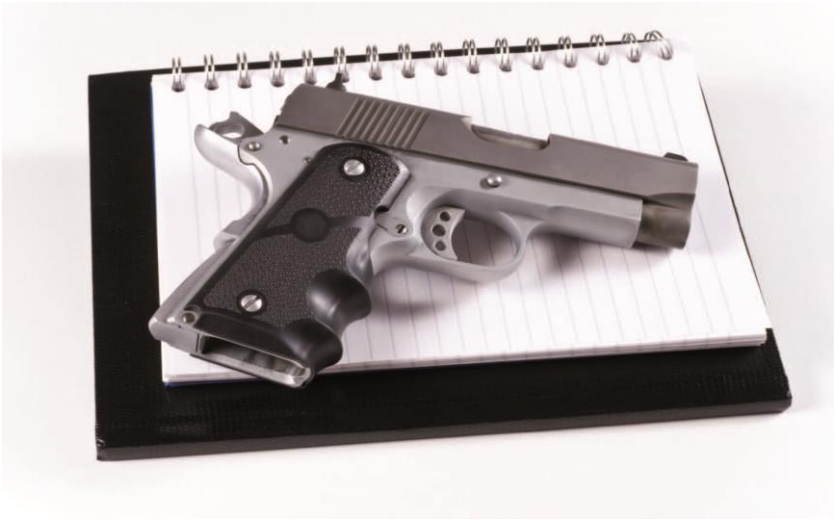
yaraq, Şərq mədəniyyətinin Qərb mədəniyyətindən üstün olduğunu demək səhv olardı. Bir ailə modeli olaraq "ictimai müqavilə"nin meydana çıxması ABŞ-da ailə münasibətlərini zəiflətmişdir. Belə ki mütləq ailə öhdəçiliyi (iltizamı) şəxsi maraqlarla əvəzlənmişdir. Digər tərəfdən, görürük ki, ailənin bu modeli müvəffəqiyyətli alınmayıb. Çünki belə ailənin üzvləri onu şəxsi maraqlara əsaslanan səhmdar ticarət şirkəti hesab edirlər. Halbuki ailə vəzifə borcu, sevgi, öhdəçilik, dostluq (yaxınlıq) əsasında bina edilən qurumdur. Əgər ailəyə maddi maraqlar gözü ilə baxsaq, onu məhv edəcəyik. Unutmayaq ki, uşaqları tərbiyə etmək, möhkəm ailə yaratmaq davamlı fədakarlıq tələb edir.

Bir nəfər Ömər ibn Xəttabın (Allah ondan razı qalsın!) yanına gələrək deyir ki, həyat yoldaşını boşamaq istəyir. Səbəb ona qarşı sevgi hiss etməməyidir. Həzrəti Ömər hiddətlənir: "Vay sənin halına! Məgər ailələr ancaq sevgi üzərində qurulur? Hanı sənin qayğıkeşliyin, hanı sənin himayədarlığın?" (Haşimi, 1999).

ABŞ-da dindar xristian ailələrdə yeməkdən əvvəl Tanrıya şükür edilir, yatmazdan əvvəl dualar oxunur, Kilsə prinsiplərinə uyğun olaraq sadə ayinlər icra olunur. Bütün bunlar ailə üzvlərinə ali məqsəd və vəzifə aşılayır. Ev dini həyatın mərkəzi hesab olunur və dini həyat sayəsində müqəddəs məkana çevrilir. Belə evdə prioritet məsələ uşaqlara əxlaq və mənəviyyat tərbiyəsi verməkdir. Bu cür ailələrdə valideynə, yaşlı qohumlara, baba və nənəyə, əmi və bibiyə, dayı və xalaya hörmət vacib məsələ hesab olunur, qohumluq əlaqələri qorunub saxlanır. Əsas dini bayramlarda bütün ailə evdə toplanır, xoş anlar yaşanır. Təəccüblü deyildir ki, meqapolislərdə yaşayan dindar ortodoks yəhudilərin övladları narkomaniya, zorakılıq və sərbəst cinsi əlaqə problemləri ilə nadirən qarşılaşırlar. Eyni hala ABŞ-dakı müsəlman ailələrdə də rast gəlinir.

"Kolumbayn" məktəbindəki kütləvi qətl hadisəsindən çıxarılan nəticələr

1999-cu il aprel ayının 22-də Kolorado ştatında "Kolumbayn" orta məktəbində baş vermiş kütləvi qətl zamanı 15 nəfər öldürülmüş, 26 nəfər yaralanmış, yüzlərlə şəxs travma almışdı. Bundan sonra ABŞ-ın Corciya, Kentukki, Arkanzas, Virciniya ştatlarının məktəblərində zorakılıq halları baş vermişdi. Mərhum professor Dilnavaz Siddiqi bu cür hadisələrin səbəbi kimi mənfi xarakter və pis əxlaqı göstərmişdir. Bəzi analitiklər bu işdə dağılmış ailə sistemini təqsirləndirirlər. Bəziləri də qeyd edir ki, buna səbəb informasiya vasitələrinin təbliğ etdiyi zorakılıqdır. Təqsiri odlu silahların asanlıqla əldə edilməsində görənlər də tapılmışdır. Lakin nəzərdən qaçan mühüm səbəb var: şəxsi



məsuliyyət hissinin olmaması, fərdin öz hərəkətlərinə görə cavabdehlik daşımaması! Dərk edə bilmirik ki, əqidəmizə, təsəvvür və niyyətlərimizə, mövqeyimizə, dediklərimizə görə biz məsuliyyət daşıyırıq! Aşağıdakıları bilmək çox vacibdir:

- İnsanpərvər ünsiyyət, təhsil, müxtəlif münasibətlər əxlaq dəyərlərinə əsaslanmalıdır;

• Uşaqlar əsas etiqad prinsiplərini, doğru və səhvin meyarlarını öyrənməlidirlər;
• Həqiqət haqqında relyativist (nisbi) təsəvvürlər cəmiyyətdə qarma-qarışıqlıq, anarxiya yaradır. Relyativistlər iddia edirlər ki, yaxşı və pis şeylər dəyişməz prinsiplər əsasında deyil, şəraitə görə müəyyən edilməlidir;
• Uşaqlar əsas universal dəyərləri (dürüstlük, doğruluq, ədalət, sülh) öyrənməlidir;
• Xeyir və şər eyni yerdə olmamalıdır. Uşaqlara müsbət keyfiyyətlər aşılamalı, mənfi xüsusiyyətlərdən xilas olmalarına kömək etməliyik.

Cinayətkarları müdafiə etməməli, onlara cəmiyyətin qurbanları gözü ilə baxmamalı, insanlara əməllərinə görə məsuliyyət daşıdıqlarını öyrətməliyik. Əməllərimizi prinsiplərimizə görə qiymətləndirməliyik. "Sən də onun yerində olsaydın, eynisini, yaxud daha pisini edərdin" düşüncəsindən əl çəkməliyik. Bu yanaşmaya görə, sanki, insan deyil, ətraf mühit məsuliyyət daşıyır. Düzgün tərbiyəyə diqqət verilmədikcə cinayətlər artacaqdır.

Dəyərlərin öyrədilməsi: mühafizəkarlarla liberalların polemikası

"Uşaqlara dəyərləri öyrətməyin yeganə yolu onlara kəşf etməkdə köməklik göstərməkdir" adlı məqaləsində (1998) Erik Sorn yazır:
"Mühafizəkar sosioloqlar nəcib keyfiyyətlərin, etik təfəkkürün, şərtləndirilmiş mənəvi davranışların inkişaf etdirilməsinə xüsusi əhəmiyyət verirlər. Uşaqlar riyaziyyatı bir günə öyrənmədikləri kimi nəcib keyfiyyətləri də sehrli çubuqla qısa müddət ərzində mənimsəmirlər. Dağılmış ailələr, məşğul valideynlər, bayağı pop-mədəniyyət əsrində xarakterin məktəbdən kənarda tərbiyə edilməsinə ümid bəsləmək sadəlövhlükdür".
Müəllif əxlaq dəyərlərinin məktəblərdə öyrədilməsinə tərəfdar çıxır. O göstərir ki, sollar bu cür proqramların məktəblərdə tədrisinə qarşıdırlar. İddiaları budur ki, belə olduqda əxlaq dəyərləri bişüur şəkildə aşılanır, təəssüb-

keş, məhdud və radikal əhval-ruhiyyəli kütlələr meydana çıxır. Əxlaq dəyərləri əsasında tərbiyə edilməyən uşaqlar yoxsul, xəstə, evsiz-eşiksiz uşaqlar kimi məhrumiyyətə məruz qalırlar.

Sorn Larri Nuççidən iqtibas gətirir: "Kompromis tərəfdarları etiraf edirlər ki, həqiqəti uşaqlara qaşıqla yedirmək mümkün deyildir. Əksinə, onlarla birlikdə həqiqət haqqında düşünmək, onu aşkarlamaq lazımdır. Amma uşaqlar böyüklər kimi deyillər. Odur ki müəllim və tərbiyəçilər onlara istiqamət verməlidirlər. Həmçinin cəmiyyət başlanğıc nöqtəsi rolunu oynayan ortaq dəyərlərə sahib olmalıdır. Kimsə bu dəyərlərdən istədiyini seçmək hüququna sahib deyildir".

Alfi Kohn göstərir ki, tərbiyə işini uşaqları zəhmət çəkən və tələb olunanı yerinə yetirən tərəfə çevirmək məqsədilə təsis edilən formal öyüd-nəsihət və stimullara çevirmədən bu vəzifənin öhdəsindən gəlmək çətindir. Əxlaq təlimində "kökə və kötək" üsulu (indiki dövrdə geniş yayılıb) uşaqların nəcib keyfiyyətləri ibtidai formada başa düşmələrinə səbəb olur. Nəcib keyfiyyətlərin bu üsulla öyrədilməsi "hazır həqiqətlərin qeydsiz-şərtsiz qəbul edilməsi"ni xatırladır. Bu üsul fərdin xarakterinə təsir etmir, şəfqət, sorğu-sual və digər mürəkkəb əxlaqi vərdişlərə səbəb olmur.

Məktəblərdə əxlaq təlimi yaxşı işdir. Şübhə yox ki, bu, əxlaq təliminin heç olmamağından yaxşıdır. Bu işdə qızıl orta nə uşaqları əxlaq dəyərlərini öyrənməyə məcbur etmək, nə də bu işdə onları köməksiz buraxmaqdır. Çünki onlar azyaşlıdırlar, idarə olunmağa ehtiyacları vardır. Valideynlər övladlarına əxlaq prinsiplərini sərbəst şəkildə axtarıb seçmək üçün yol göstərməli. Onlar bu işdə məsuliyyət daşıyırlar.

Uşaqlar, inteqral hesablama və əxlaq

Uşaqlardan inteqral hesablamanın qaydalarını icad etmələrini gözləməyin. Əxlaq və ədəbərkan da belədir. Valideynlər uşaqlarına inteqral hesablamanı öyrətdikləri kimi əxlaq dəyərlərini də öyrətməlidirlər.

Müsəlman ölkələri və ABŞ-da ailələr

Biliklərimiz məhdud və nisbidir. Harada yaşamasından asılı olmayaraq, hər bir ailənin öz problemləri vardır. Lakin bəzi ailələr digərləri ilə müqayisədə daha ciddi problemlərlə üz-üzə gəlir. Urbanizasiya, sənayeləşmə və dünyəviliyin şəhərlərdə yaşayan ailələrə böyük təsiri vardır. ABŞ-da böyük şəhərlərdə yaşayan ailələrin üzləşdiyi bəzi mənəvi problemlər aşağıda göstərilmişdir:

- Nikahdankənar cinsi əlaqəyə çağırış. Bu çağırış cazibədar və aldadıcı olub, seksual özbaşınalıq yaradır.
- Əks cinslərin bir yerdə rəqs etməsi, eyni məkanda çimməsi hallarının, cinsi istək yaradan musiqi növlərinin yayılması.
- Fiziki təmasın (öpüşmə, qucaqlaşma...) baş verdiyi görüşmələr. Belə görüşmələr gündəlik ünsiyyətin ayrılmaz hissəsinə çevrilib. Valideynlər öz uşaqlarına bunu norma olaraq öyrədirlər.
- Ümumi paltardəyişmə otaqları və hamamlarda soyunmaq təbii hesab edilir. Hətta bəzi məktəblərdə tualetlərin qapısı yoxdur, hamamlar ümumidir.
- Nikahdan əvvəl cinsi əlaqə geniş yayılıb. Bəzi məktəblərdə rezin qoruyucular paylanır.
- Bəzi müəllimlər heç bir əxlaq normasını gözləmədən tələbələrinə deyirlər: "İstədiyin və xoşlandığın hər şeyi et. Bu işi görmək (nikahdankənar cinsi əlaqəyə girmək – ***mütərcim***) qəbahət deyil!" Onlar bildirirlər ki, insanın ağası Tanrı deyil, insan özüdür.
- Alkoqollu içkilərə aludəlik və təşviq.

• Narkomaniya və zorakılığın yayılması, məktəblərdə, ictimai yerlərdə uşaqların silah gəzdirməsi; televiziya vasitəsilə zorakılığa təşviq hallarının çoxalması.

• Abort hallarının geniş yayılması, ailələrin balacalaşması, geniş ailə yerinə nuklear ailə formalaşdırmaq tendensiyası.

• Qız və oğlanların dar paltarlar geyinməsi; daha seksual görünmək üçün qadınların kosmetika və ətirlərdən istifadə etməsi; daha cazibədar görünmək üçün bədənin çox hissəsinin açıq saxlanılması; erkən nikahlara təşviqin olmamağı. Bütün bunlar sərbəst seks aktlarına səbəb olur.

• Boşanma halları və paralel olaraq birvalideynli ailələrin sayının artması.

• Uşaqların uşaq dünyaya gətirməsi geniş yayılıb. Yeniyetmələlik yaşında evlənməyə təşviqin olmamağı evli olmayan anaların sayını artırmışdır. Professor Olaski deyir: "50-ci illərdə yeniyetmə anaların 85 faizinin evləndikləri vaxt uşaqları vardı".

• Homoseksuallıq təbii, məqbul və qanuni işə çevrilmişdir. Homoseksualların evliliyini qanuni hesab edən ştatların sayı günbəgün artır.

• Övladları və nəvələri ilə yaşamaq əvəzinə, qocalar evlərində yerləşdirilən yaşlıların sayında artım vardır.

• Evliliyə qədər bakirəliyi qoruyub saxlamaq nadir hadisədir. İyirmi yaşlarında olan bakirə qızlar qeyri-cazibədar və arzuolunmaz hesab edilir. Əksər insan evlənməzdən əvvəl sekslə məşğul olur.

• Ailələr tədricən dağılır. Qohumluq münasibətləri, əxlaq dəyərləri əvvəl olduğundan daha zəifdir.

• Qarşılıqlı razılıq əsasında sekslə məşğul olmaq hər kəsin şəxsi işi hesab olunur.

• Zöhrəvi xəstəliklər, xüsusən QİÇS geniş yayılmışdır.

• Ailələr tez-tez iş və yaşayış yerlərini dəyişir, davamlı şəkildə bir yerdən digərinə daşınırlar.

• Qadınlar ancaq özlərinə bel bağlamağa məcburdurlar. Heç bir qohum özlərini onlara mənəvi və maddi dəstək vermədə borclu hesab etmir.

• Kişilər və qadınlar çox sərbəst olub, riskə getməyə hazırdırlar. Ailələrin çoxunda hər iki valideyn işləyir.

• Kişi və qadınların rolları arasındakı fərqlər azalmışdır.

Bununla yanaşı, ABŞ-da şəhərli ailələr bir sıra müsbət məziyyətlərə sahibdir:

• Mədəni əməkdaşlıq və bir-birinin hüquqlarına hörmət göstərmək;

• Yaşayış səviyyəsinin yüksək olmağı;

• Savadlılıq səviyyəsinin yüksək olmağı;

• Nizamlı sosial xidmətlər. Ailə bağlarının zəifləməsinə baxmayaraq, ABŞ-da sosial qurumlara etimad artmışdır;

• Məqsədləri reallaşdırmada daha çox azadlıq və alternativlərin çoxluğu.

Müqayisə üçün ənənəvi müsəlman ailələrinin aşağıdakı xüsusiyyətlərini göstərmək olar:

• Qohumlararası evlilik geniş yayılmışdır;

• Ailələr çox avtoritardır. ABŞ-la müqayisədə Müsəlman dünyasında uşaqlarda özünəinam, cəsarət və təşəbbüskarlıq çatışmır. Həmçinin onlar böyüklər və liderlərlə qarşı-qarşıya gəlməkdən qorxurlar.

• Möhkəm ailə əlaqələri cəmiyyətdə əmin-amanlığın əsas zəmanətçisi hesab olunur.

• Ailə tək şəxsin idarə etdiyi qurumdur; ailədaxili məşvərət olduqca azdır; ailədaxilində cinslərarası bərabərsizlik geniş yayılmışdır.

• Bir çox dindar ailə ətrafda baş verənlərə laqeyd olub, aktivlik göstərmir. Bu ailələr dini hadisələri şən dini bayramlar deyil, sərt ayinlər hesab edirlər.

Bir çox müsəlman ailəsi şəhərlərdə yaşayır və biz meqapolislərə xas çətinlikləri xüsusi şəkildə qeyd etməliyik. Digər yerlərlə müqayisədə şəhərlərdə uşaqları tərbiyə etmək çox çətindir.

Yuxarıdakı ümumiləşdirmələri hər iki ailə sistemindən hansının yaxşı olduğunu göstərmək üçün dərc etməmişik. Məqsədimiz tərbiyə işi ilə əlaqəli problemləri göstərməkdir. Bu problemlər öyrənilərsə, tərbiyənin təkmilləşdirilmiş üsullarını hər iki sistemdə tətbiq etmək mümkündür.

Fakt budur ki, Qərb mədəniyyətinin Müsəlman dünyasında ailələrə və tərbiyə işinə təsiri böyükdür. Bu təsir müxtəlif: mənfi və müsbət nəticələr doğurmuşdur. Dünyəvi təhsil sistemlərində insan Allahı əvəz etmiş, materializm hakim ideologiyaya çevrilmişdir.

Dünyanın (kainatın) elmi dərki səbəb və nəticəyə əsaslanır. Elm bizi kainatın bir çox maddi aspektinə dair dəqiq informasiya ilə təmin etsə də, gördüyümüz və görmədiyimiz mahiyyətlər haqqında balanslaşdırılmış dünyagörüşü formalaşdıra bilməmişdir.

Müsəlman dünyagörüşü Allahın təkliyinə (***tövhid***), öhdəçiliyə (***əmanət***), yer üzünün abadlaşdırılması (***ümran***) və insanın bu işdə məsuliyyət daşımağına (***istixlaf***) əsaslanır.

Müsəlman tərbiyə sisteminə Qərbin təsiri

Qərb informasiya maşını və təhsilinin Şərq üzərində dominantlığı nəticəsində dünyəvi tərbiyə proqramları və psixoloji təcrübə müsəlman ailələrinə böyük təsir göstərmişdir. "Müsəlman dövlətlərində azad islam tərbiyəsinə doğru" kitabında Əbülhəsən

ən-Nədvi tərbiyə və təhsil sistemində hərtərəfli islahatlara çağırır. Müəllif xatırladır ki, müsəlman xarakterini "laxladan", imanı zəiflədən Qərb təhsil metodikasının dağıdıcı təsirləri göz qabağındadır; dinə savaş açan, möminlərə zülm edən, ölkələrini iqtisadi məhvə sürükləyən rəhbər və dövlət adamları yetişdirmiş məktəblərin məzunlarından millətinə faydası toxunmayan nəsil yetişdi. Müsəlman ölkələrinə zorla qəbul etdirilmiş "modern" təhsil sistemi maddi və mənəvi tərəfləri özündə cəmləşdirən dünyagörüşü formalaşdırmağa qadir olmayan karıxmış (çaşmış) gənclər yetişdirdi. Digər mədəniyyətlər üçün yaxşı sayılan şey, mümkündür ki, müsəlmanların övladları üçün münasib olmasın. Məsələn, amerikalı alimlər yapon məktəblərinin nailiyyətlərini təhlil edərkən belə nəticəyə gəlmişdilər ki, yaponlar üçün yaxşı hesab olunan şeylərin böyük hissəsi ABŞ üçün qeyri-münasibdir. Çünki ABŞ və Yaponiya mədəniyyətləri fərqli mədəni sistemlərdir. Başqa mədəniyyətləri düşünmədən təqlid etmək bir sıra problemlərə səbəb olur. Odur ki tərbiyə işi biliyə və müdrikliyə (hikmətə) əsaslanmalı, kor təqliddən uzaq olmalıdır. Bu olduqca həssas vəzifədir.

Xalqların qərbliləşməyə reaksiyası müxtəlifdir. Nyu-York Ştat Universitetinin professoru Əli Muzrui yazır: "Qərb mədəni modelini mənimsəmədən iqtisadiyyatı inkişaf etdirmək mümkündürmü?" sualına Yaponiya, Türkiyə və Afrika ölkələrində verilən cavablar üç fərqli mənzərə ortaya çıxarmışdır. Yaponlar bu suala belə cavab vermişdilər: "Bəli, əgər biz Qərb texnologiyası və yapon ruhuna sahib olsaq, inkişaf edərik". Kamalizm ideologiyasını mənimsəmiş türklərin cavabı aşağıdakı kimi idi: "Modernizmə gedən yeganə yol Qərb mədəni modelini mənimsəməkdən keçir". Ümumiyyətlə, kamalist Türkiyə XX əsrdə xalqa Qərb mədəniyyətini zorla qəbul etdirmək üçün əlindən gələni etmişdi; ərəb əlifbası ləğv edilərək latın əlifbasına keçilmiş, kişilərə ənənəvi papaq geyinmək qadağan olunmuş, qadınlara hicab qadağası qoyulmuş və hər kəs qərbsayağı geyinməyə

məcbur edilmişdi. Dövlət ifrat və təəssübkeş kamalçılıq ideologiyasına əsaslanırdı.
Müstəmləkə zülmü görmüş afrikalıların cavabı belə səslənirdi: "İqtisadi inkişaf olmadan Qərb mədəni modelini tətbiq etmək, ümumiyyətlə, çox pis şeydir!" (Müsəlman Sosioloqları Assosiasiyasının bülleteni, 2002).

İngiltərədə yaşayan müsəlmanların hekayəsi

İraqın Mosul şəhərindən olan Bəkri İngiltərədə Sand Herst Hərbi kollecinə qəbul olunmuşdur. Kollecdə Bəkridən başqa hər kəs hamamda çılpaq yuyunurdu. O, yuyunarkən əynində alt paltarlarını saxlayırdı. Məsul şəxs Bəkridən soruşmuşdu: "Duş qəbul edərkən nə üçün alt paltarını çıxarmırsan?" Bəkri isə cavabında ona izah etmişdi ki, müsəlmanlar tənasül orqanlarını başqalarına göstərmirlər. Çünki islama görə ayıb yerləri örtmək lazımdır.

Məhəmməd isə İngiltərənin Birmingem universitetində təhsil alır. Bir dəfə yaşadığı evin sahibəsi ondan soruşmuşdu: "Nə üçün sənin qız dostun ("göl-frend"in) yoxdur? Sən homoseksualsanmı?" Məhəmməd ona demişdi: "İslama görə, cinsi əlaqəyə ancaq evləndikdə icazə verilir".

Britaniya və ABŞ-da uşaqların tərbiyə edilməsi

YUNİSEF altı parametr üzrə ölkələrin reytinqini açıqlamışdır. Bu parametrlərə daxildir: maddi rifah, sağlamlıq və təhlükəsizlik, təhsil, ailə münasibətləri, komfort və risklər, gənclərin firavanlıq təsəvvürləri. ABŞ və Böyük Britaniya yuxarıdakı parametrlərin beşi üzrə sonuncu yeddi ölkə arasında qərar tutmuşdur (YUNİSEF-in 2007-ci il hesabatı). Maddi rifah səviyyəsinin artmasına baxmayaraq, hər iki ölkədə iqtisadi bərabərsizlik və ailələrə xalq dəstəyinin formallığı uşaqların daha çox əziyyət çəkməsinə gətirib çıxarmışdır. Elə çıxır ki, ABŞ və İngiltərə kon-

tinental Avropa ölkələri qədər uşaqların xeyrinə olacaq şeylərə sərmayə yatırmır?
Sorğuda aşağıdakı yarımkateqoriyalar göstərilmişdir:

Ailəsi ilə heç olmazsa həftədə bir neçə dəfə nahar edənlərin sayı	Sağlamlıq səviyyəsi
Uşaqlara preventiv qayğı	Birvalideynli ailələr
Uşaqlarda riskli davranışlar	Alkoqollu içkilərin qəbulu
Riskli seksual davranış	Birvalideynli, yaxud ögey valideynin olduğu evlərdə yaşayan uşaqların faizi
Başqa uşaqlarla yaxşı münasibətdə olan, onlara kömək edən uşaqların sayı	Sosial-tibbi gündüz xidmətləri
Sağlamlıq və təhlükəsizlik	Uşaq ölümləri
Uşaq xəstəlikləri əleyhinə peyvəndləmə	On doqquz yaşına qədər şəxslər arasında zorakılıq və xəstəlikdən dünyasınıdəyişmə halları
Son bir il ərzində zorakılıq halları	Son iki ay ərzində uşaq şikayətlərinin həcmi

Azadlıq, yoxsa həqiqət?

Şəxsi azadlıq uşaq tərbiyəsi ilə əlaqəli əsas problemlərindən biridir. Müasir sənaye ölkələrində azadlıq obyektiv dəyərə, özündəməqsədə çevrilmişdir. Bu ölkələrdə valideynlərin çoxu öz uşaqlarına, haradasa, tam sərbəstlik verirlər. Amma bu cür hərəkət etmək onlara baha başa oturur, çünki vaxtından əvvəl verilmiş azadlıq uşaqlarda xudbinlik, özündənrazılıq yaradır.

Nəzarətsiz istəklər təhlükəlidir, çünki Allahın əxlaq göstərişlərini nəzərə almır, insanları maddi ləzzətlərin əsirinə çevirir. Nəticədə, əyləncə və həzz uşaqlar üçün həyatın mənası halına gəlir. Halbuki islamda əməllərə görə sorğusual olunmaq və fərdi məsuliyyət mövzularına xüsusi əhəmiyyət verilir. Bu həqiqəti aşağıdakı nalayiq şüarla əvəzləmək olmaz: "Gününü yaşa, çünki sabah öləcəksən".

Quranda bu fenomen belə təsvir olunur:

"(Ya Peyğəmbər!) Nəfsini özünə tanrı edən və Allahın bilərəkdən yoldan çıxartdığı, qulağını və qəlbini möhürlədiyi, gözünə də pərdə çəkdiyi kimsəni gördünmü? Allahdan başqa kim onu doğru yola sala bilər?! Məgər düşünüb ibrət almırsınız?

(Qiyaməti inkar edənlər) belə deyirlər: "Dünya həyatımızdan başqa heç bir həyat yoxdur; ölürük və dirilirik; bizi öldürən ancaq dəhrdir (zamanın gərdişi, ömür müddətidir; yaşa dolub qocalmağımızdır). Bu barədə onların heç bir biliyi yoxdur. Onlar ancaq zənnə qapılırlar!" (əl-Casiyə, 23-24).

"İstək və ehtirasdan azad olmaq daxili rahatlıq doğurur" (Lau Tzu – taoizmin banisi (e.ə. VI əsr).

"Əsas və mühüm qələbə – insanın özünə qalib gəlməsidir" (Platon).

Azadlıq bir nemətdir; xeyri və şəri nəzərə almadan onu ancaq həzz üçün xərcləmək yolverilməzdir. Azadlıq böyük idealdır, çünki onun vasitəsilə həqiqəti axtarırıq. İnsanın əsas axtarışı həqiqəti tapmaq üçündür, – bu başlıca məqsəddir. Azadlıqdan müdrikcəsinə və lazımi şeylər üçün istifadə etsən, onun Allahın bir neməti olduğunu başa düşəcəksən. Məhz onun sayəsində insanlar yaxşı və doğru olanı edir, şər və pis əməllərdən uzaq dururlar.

Yaxşı vərdişləri inkişaf etdirib, düzgün seçim etmək, həqiqəti mənimsəmək işində uşaqlara yol göstərmək lazımdır. Bütün bunlar azadlıqdan əvvəl öyrədilməlidir. Kainatda hər sistemin öz sərhədi vardır. Azadlıq nizam-intizamla tənzimlənməli, konstruktivliyə xidmət etməli, əxlaq dəyərlərinə söykənməlidir. Yəni, azadlıq özbaşınalıq və dağıdıcılıq doğurmamalıdır. Valideynlər ilahi kitablar və peyğəmbərlərin təlimlərinə söykənən əxlaq dəyərləri sistemindən irəli gələn təlimatlar əsasında uşaqlarını tərbiyə etməlidirlər. Allaha yaxınlaşmaq, sevimli bəndəsinə çevrilmək üçün ilahi biliklərlə kifayətlənməməliyik. Belə ki azadlığımızı Allah yolunda istifadə etməyimizə kömək edəcək bəşəri biliklərə də ehtiyacımız vardır. Hər iki növ biliyi vəhdətdə götürmək bizi özümüzü və ətraf aləmi məhv edə biləcək ağılsız hərəkətlərdən qoruyacaqdır. Allah öz yaratdığını yaxşı tanıyır. Ancaq O bizə doğru yolu göstərə bilər. Təcrübə, öyrənmə və bilik yolunu tutsaq, ilahi hidayətə yaxın olacaq, suallarımıza münasib vaxtda doğru cavablar tapacağıq.

Bir çox müasir psixoloq və sosioloq təsdiqləyir ki, ailə cəmiyyət üçün çox zəruridir; ailə olmazsa, cəmiyyət tənəzzül edər. Dünya yarananandan bəri bəşəriyyət ailəyə olan ehtiyacı başa düşməsəydi, bəlkə də, yer üzündə indi insan yaşamazdı. Başlıca dəyərlər: dürüstlük, inam, can və mülkiyyət toxunulmazlığı, cinsi istəyə nəzarət, bərabərlik, zülmdən uzaqlıq insan mövcudluğunu şərtləndirən fundamental normalardır. Bu dəyərlər olmadan cəmiyyət

çiçəklənə bilməz. Onların formalaşması və inkişafı üçün ən münbit yer ailədir. Bu dəyərləri kimin isə "kəşf" etməsini gözləməməliyik; onlar daxili dünyamızda, instinktlərimiz və fitrətimizdə kök salmışdır. İnsan yaranandan bu keyfiyyətlər, bəlkə də, əsas əxlaq dəyərləri kimi bəşəriyyət üçün "kəşf" edilmişdir, amma onlar olmadan insan həyatı və cəmiyyət çiçəklənib inkişaf edə bilməz. Bəşəriyyətin atası və anası sayılan Adəm və Həvvaya bu dəyərlərin öyrədilməsi təsadüfi deyildir. Allah istəyirdi ki, onlar bu dəyərləri övladlarına, deməli, bütün bəşəriyyətə öyrətsinlər. Allah Təala Habil və Qabilin əhvalatında bizə həyatın dəyəri və toxunulmazlığından danışır. Adəm, Həvva və övladları içki düşkünü, narkotik maddə istifadəçisi olub bu dəyərlərə əhəmiyyət verməsəydilər, nə baş verərdi? Vəhy göz işlədikcə uzanan səhrada bizə yol göstərən bələdçiyə – Adəmə daha yaxın idi; o olmasaydı, bəşəriyyət yolunu azıb məhvə sürüklənəcəkdi.

Düzgün dərk edilən azadlıq mədəni övladlar yetişdirir, yaşamağı bacaran sivil cəmiyyət formalaşdırır. Çünki belə cəmiyyətdə insanlar özlərinə nəzarət etməyi bacarırlar, dəyərlərə və sağlam ətraf mühit təcrübəsinə sahibdirlər.

Kainat ideal sistemdir; ondakı müxtəlif formalı və həcmli elementlər: hüceyrələr, atomlar, qalaktikalar ən üst səviyyəli sistem əmələ gətirmişdir. Bu sistem müəyyən qanunlar əsasında fəaliyyət göstərir. Qanunlarını nəzərə almamaq harmoniya, bütövlük və mütənasibliyə əsaslanan bu sistemin dağılmasına gətirib çıxaracaqdır. Aşağıdakı ayələr də bunu təsdiqləyir:

"Günəş və ay müəyyən bir ölçü ilə (hərəkət edər).

Otlar da, ağaclar da (Allaha) səcdə edər!

Göyü O ucaltdı, tərəzini (ədalət tərəzisini) O qoydu!

Ona görə ki, çəkidə həddi aşmayasınız (insafı əldən verməyəsiniz).

Tərəzini düz tutun, çəkini əskiltməyin! (Çəkidə insaflı olun, tərəzini korlamayın!)" (ər-Rəhman, 5-9).

Bu səbəbdən nə olursa-olsun, əsas əxlaq dəyərlərini qoruyub saxlamaq lazımdır. İnsan intihara əl atıb həyatdan sui-

istifadə etməməlidir. Hətta işləri böyük ölçüdə yaxşı getməsə də, bu yola əl atmamalıdır. "İştaha"sı çəksə də, zina etməməli, içki düşkünü və ya uyuşdurucu maddə istifadəçisi olub özünü, ailəsi və cəmiyyəti məhv etməməlidir.

İnsanın biliyi məhdud olduğundan hələ ta qədimdən Allah Təala bəşəriyyətə yol göstərmək üçün vəhy göndərmişdir. Bəlkə də, insanlara qalsaydı, ailənin dəyərini gec başa düşəcək, onun dağılmasının, valideynin üzünə ağ olmağın, sapqınlığın, intiharın, spirtli içkilərin, narkotik maddələrin, zinanın doğurduğu problemlərin fərqinə vaxtında varmayacaqdılar. Odur ki insan yaranandan ilahi vəhy bəşəriyyəti bu hərəkətlərdən çəkindirmiş, nəcib keyfiyyətlərə üstünlük verməklə inkişafın yolunu tapmağa çağırmışdır.

Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun keçirdiyi bir seminarda İngiltərə Anqlikan kilsəsinin keçmiş yepiskopu, 1993-cü ildə islamı qəbul etmiş professor Cerald Dirksdən soruşmuşdular ki, Kilsənin tədris proqramında nəyi dəyişdirmək istəyərdi. Belə cavab vermişdi: "Dəyərlər və əxlaqda nisbilik xəstəliyindən qurtulmaq istəyərdim. Çünki əxlaq və dəyərlər davamlı şəkildə dəyişdirilir".

Gənc nəslin nə istədiyindən asılı olmayaraq ilahi təlimlər (əsas dəyərlər) dəyişməzdir. Urbanizasiya və sənayeləşmə şəraitində ailələri qorumaq lazımdır. Əks halda, deqradasiyadan qaçmaq mümkün olmayacaqdır. Müsəlmanlar Qərbin azadlıq anlayışının müsbət tərəflərini öyrənməlidirlər ki, düşüncə və idarəetmədə avtoritar üsullardan xilas olsunlar. Məhz bu üsul onların inkişafına əngəl yaratmış, Qərbin inkişaf modelini kortəbii şəkildə mənimsəmələrinə səbəb olmuşdur. Ədalət və şura prinsipləri müsəlmanların təkcə siyasi və iqtisadi deyil, həm də ailə və tərbiyə problemlərini də həll edə bilər.

Qərb özünün sərhədsiz azadlıq anlayışına yenidən nəzər salmalıdır. Müsəlmanlar da ifrat nəzarət və təzyiq üsullarından əl çəkməlidirlər. Hər iki mədəniyyət bir-birindən öyrənməli, İlahi Vəhy əsasında ortaq konsepsiyalar və fəaliyyət planı hazırlamalıdırlar.

Dini dərs otaqlarından uzaqlaşdırmaq istəyi o qədər emosional idi ki, əxlaq və dəyərləri də pəncərədən yerə atmışdılar.

RONALD KELLERİN HEKAYƏSİ

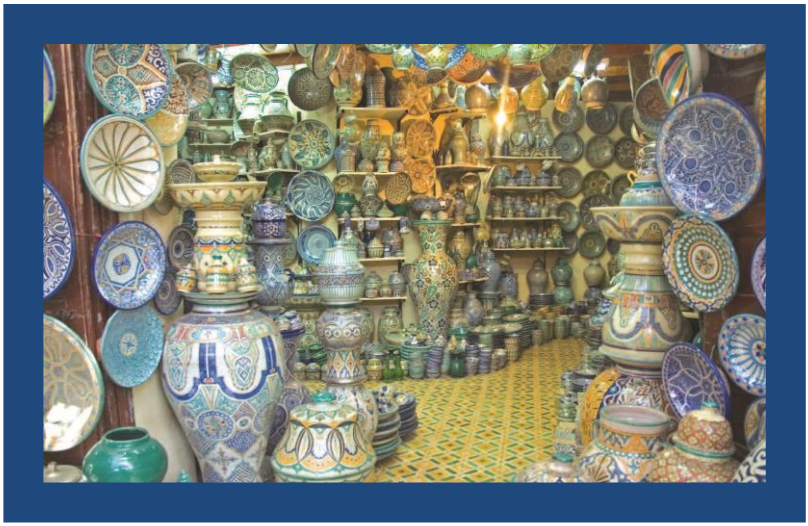
Xoşbəxt həyat yaşamaq üçün dəyişməz dəyərlərə və mənəvi sakitliyə ehtiyacımız vardır.

“1954-cü ildə ABŞ-ın şimal-qərbində, bir kəndə doğulmuş, dindar katolik ailəsində tərbiyə almışam. Kilsənin mənə verdiyi mənəvi dünya ətrafımdakı maddi dünyadan daha real idi. Yaşım artdıqca, xüsusən Katolik universitetinə daxil olduqdan sonra, mütaliə dairəm genişləndikcə, məndə dinlə əlaqələr suallar yaranır, şübhəm artırdı.

Bunun bir səbəbi də 1963-cü ildə İkinci Vatikan Məclisinin çağırılmasından sonra katolik ayinləri və liturgiyada baş verən davamlı dəyişikliklər idi. Nəticə etibarı ilə, adi adamlarda belə təsəvvür yaranmışdı ki, Kilsə dəyişməz meyarlara sahib deyildir. Kilsə xadimləri bizimlə söhbət edərkən ayinlərin “elastikliy”i və dövrə uyğunlaşdırılmasının əhəmiyyətindən söz açırdılar. Lakin görünən bu idi ki, adi katoliklər bu ayinlərə kor-koranə əməl edirdilər. Tanrı və insanın əsas ehtiyacları dəyişilə bilməzdi. Səmadan yeni vəhyin gəlməsi qeyri-mümkün idi, amma mən hər həftə, hər il bir sıra dəyişikliklərin şahidi olurdum. Müqəddəs kitablarımızdakı rəqəmlərlə “oynadıq”, latın dilinin yerinə ingilis dilini işlətməyə başladıq, axırda, dini ayinlərimizə gitara və musiqi əlavə etdik. Keşişlərimiz hey izah edir, adi insanlar da başlarını yelləyirdilər. Uyğunluq axtarışı axırda onu göstərdi ki, belə bir uyğunluq ümumiyyətlə heç olmayıb” (Nuh Ha Mim Keller, 2001).

Uşaqları harada tərbiyə etməli?

Ailələr Şərqdən Qərbə və ya əksinə köç zamanı mədəni şok yaşayırlar. ABŞ-da universiteti bitirdikdən sonra ölkəsinə qayıdan bir müsəlman ailənin təəssüfləndirici hekayəsi buna misaldır. Ailənin həmin vaxt iki övladı vardı. Ata və anaya ABŞ-da iş tapmaq daha asan idi, amma onlar övladlarına ərəb dili və Quranı öyrənmək üçün Yaxın Şərqə qayıtmaq qərarına gəlirlər. Uşaqlar təyyarədən endikləri andan mədəni sarsıntı keçirmişdilər. İlk sözləri bu oldu: "Bura necə də çirkli ölkədir!" Mənzilə çatdıqlarında ətrafda olan hər şey çirkli idi. Valideynləri əmin etmişdilər ki, bütün mənzil, o cümlədən xalça, divarlar, pilləkənlər və eyvan diqqətlə təmizlənib. Halbuki heç yer təmiz deyildi. Ailə gətirdikləri əşyaları belə tozlu



evdə necə yerləşdirəcəyi barədə düşünməyə başladı. Çıxış yolunu mənzili yenidən təmizləməkdə gördülər.

Mənzili təmir etmək üçün günəmuzd tutduqları ustaların işini gördükdə yenidən sarsıldılar. Təmir materialları bahalı olsa da, görülən işlərin keyfiyyəti aşağı idi. Hamamın qapıları tam bağlanmırdı, kafel döşəmə gözəl olsa da, maili və sürüşkən idi. Borular parıldayan materialdan olsa da, su damızdırırdı. Kranlar su buraxırdı. Üçüncü mərtəbədə suyun təzyiqi az olduğundan

qabları su ilə doldurmaq lazım gəlirdi.

Təhsil məsələsi də ailəyə növbəti "zərbə"ni vurdu. Özəl məktəblər çox bahalı idi. Ümumi məktəblərdə isə təhsil fəlakəti hökm sürürdü. Müəllimlərin hazırlığa ehtiyacı vardı. Tələbələrdə nizam-intizam çatışmırdı. Valideynlər uşaqları üçün məktəb seçərkən heç bir meyar və ölçü axtarmırdılar. Ağzına qədər dolu məktəb avtobusları tıxac və yolların bərbad olmağı üzündən çox yavaş hərəkət edirdi. Evdən məktəbə çatanadək bu avtobuslarda uşaqların saatlarla vaxtı hədər gedirdi. Çoxları üçün piyada getmək maşın və ya avtobusla getməkdən daha tez idi. Kimsə qohumuna və ya dostuna baş çəkmək fikrinə düşsəydi, "uzun" və "məşəqqətli" səfərə hazırlaşmalı olurdu. Üstəlik, avtomobil sürmək yüksək bacarıq tələb edir, əsəbləri gərirdi. Bununla yanaşı, hava çirkli, ətraf səs-küylü idi. Uşaqlar məhəllədəki davamlı hündür səslərdən rahatlıq tapa bilmirdilər. Səs-küy, çığırtı yaşadıqları mənzildə eşidilirdi. Qonşu məktəbdən, ətraf küçələrdən, qonşulardan gələn səslər onların yataq otağınadək çatırdı. Bundan yeganə xilas yolu ətraf kəndlərə səfər etmək idi ki, bu da bütöv bir işə çevrilmişdi.

Bu, Qərbdən Şərqə köçən ailələrin üzləşdiyi mədəni şok hadisəsinə dair ancaq bir misaldır. Təbii ki, bunu ümumiləşdirmək olmaz, çünki bu qeyd edilənlər heç də hər kəsin başına gəlmir, yaxud qismən baş verə bilir. Üstəlik, bu o demək deyildir ki, ailələr ancaq Şərqdə, yaxud Qərbdə qalıb yaşamalıdır. Hər bir yerin öz müsbət və mənfi cəhətləri vardır. Hər bir ailə də öz xüsusi vəziyyəti, şəraiti ilə seçilir. Uşaqların yaşaması üçün ən yaxşı yerin hara olmağı barədə konsensus mövcud deyildir. Köçmək qərarına gələn ailələr bilməlidirlər ki, yaxşı və ya pis nəticə verəcək "səyahət putyovkası" almışlar. Odur ki düşünülmüş qərar qəbul etməlidirlər. Həyat, əslində, seçimlərdən ibarətdir!

Qərb fikrində olmayan iki konsepsiya

Virciniya Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu Katiblər şurasının üzvü professor Taha Cabir Ülvani müzakirələrin birində bildirmişdi ki, Qərbdə iki konsepsiya çatışmır: Allahın böyüklüyünün etiraf edilməsi (***Allahu Əkbər***) və hər şeyi bilənin Allah olduğunu (***Allahu Ə`ləm***) təsdiqləmək. Birinci konsepsiyaya görə, insanlar öz işlərində Allahın avtoritetliyini inkar etdikdə özlərini tanrı hesab edirlər. Onlara iddialılıq, lovğalıq hakim kəsildikdə özlərinin heç vaxt yanılmayacaqlarını zənn edirlər. Belə olduqda onlar ailələri, yaşadıqları cəmiyyət və mühitə qarşı etdiyi işlərə haqq qazandırırlar. Onlar bilərəkdən və ya bilməyərəkdən bitki və heyvanlar aləmini məhv edir, torpağı, hava və suyu çirkləndirirlər.

Məsələn, ambisiya (qudurğanlıq, təkəbbür) təbiət və atmosferdə harmoniyanın pozulmasına səbəb olur. Ozon qatının deşilməsi buna misaldır. İnsanların təbiətlə, ekoloji sistemlə "oynaması" nəticəsində təmiz hava, su və qida (ət və tərəvəz) nadirən tapılır. Həmçinin qlobal istiləşmə yer üzündə insanın mövcudluğu üçün ciddi təhlükəyə çevrilib. Bütün bunlar ona görədir ki, insanlar Allahın onlar üçün yaratdığı şeyləri pis qiymətləndirir, pis qoruyurlar. İnsan elm və texnologiyada nə qədər inkişaf edirsə etsin, Allahın yaratdığı bu sonsuz kainatda əhəmiyyətsiz ölçüyə sahibdir.

"Doğrusunu Allah bilir" – demək təvazökar davranışdır. XXI əsrdə elmi və texnoloji kəşflər bir çox insanın bəşər elmi ilə qürrələnməsinə səbəb olmuşdur. Halbuki insan hər dəfə yeni şey öyrəndikdə görür ki, çox şey bilmir. İnsanlara qarşı təvazökar olmaq və Allaha boyun əymək – həqiqi bilik və elmin zəruri elementləridir. İnsan daima yeni bilik sahələri təsis etməyə can atmalı və unutmamalıdır ki, öyrənmək istəyini ona Allah bəxş edib. O Allah ki, bizi zəkalı yaratmış, Yer kürəsi və kainatı ixtiyarımıza vermişdir. Qurani-Kərimdə bilik mövzusu aşağıdakı kimi izah olunur:

"...Sizə (bu barədə) yalnız cüzi (az) bir bilik verilmişdir!" (əl-İsra, 85);

"...Onlar (yaranmışlar) Allahın elmindən Onun Özünün istədiyindən başqa heç bir şey qavraya bilməzlər..." (əl-Bəqərə, 255);

"(Ya Rəsulum! Quranda buyurulduğu kimi, sizə çox az elm verilmişdir, söyləyən yəhudilərə) de: "Əgər Rəbbimin sözlərini yazmaq üçün dərya mürəkkəb olsaydı və bir o qədər də ona əlavə etsəydik, yenə də Rəbbimin sözləri tükənmədən öncə onlar tükənərdi!" (əl-Kəhf, 109).

Etiqad dəyərlərinin utilitar dəyərlərlə müqayisəsi

Ailə mənəvi dəyərlərlə (həqiqət, ədalət, sevgi, şücaət, dürüstlük, məsuliyyət) "qidalanır". Bütün bu dəyərlər etiqad konsepsiyasına əsaslanır. Çünki əsas əxlaq dəyərləri utilitar dəyərlərdən əvvəl də vardı. Bu iki növ dəyərlər heç də həmişə bir-birinə uyğun gəlmir. Bu dünyada həyatdan həzz almaq bəzi cəmiyyətlərin qayəsidir. Müsəlmanların məqsədi isə bu dünyada xoş həyat sürməklə axirətdə əbədi həyat səadətini qazanmaqdır. Bu o deməkdir ki, axirət xoşbəxtliyi dünyada yaxşı yaşamaqla ziddiyyət təşkil etmir. Bu dünyaya etinasız qalmaqla axirətdə uğur qazanmaq olmur. Dünya həyatı axirət həyatı üçün bir vasitədir.

Dəvəsi itməsin deyə bir bədəviyə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* Allaha inam bəsləməyi, həm də təbiət və sosial elmlərinin qanunlarına uyğun hərəkət etməyi tövsiyə etmişdi: "(İtməsin deyə) onu (dəvəni) bağla və təvəkkül et (dəvəni qorumaq üçün mümkün hər şeyi etdikdən sonra Allaha güvən)". İnsan dünya ilə axirət arasında uyğunluq yaratmalıdır. Rəvayət olunur ki, Əli ibn əbu Talib *(Allah ondan razı qalsın!)* demişdir: "Sanki heç ölməyəcəkmiş kimi dünyan üçün çalış. Və sanki sabah öləcəkmiş kimi axirətin üçün iş gör".

Şəraitin müqayisə edilməsinə dair yaxşı nümunəni kommunizm quruculuğu təcrübəsi təqdim etmişdir. Güman olunurdu ki, kommunizm kapitalizmdən fərqli olaraq fəhlə sinfi ilə daha çox maraqlanır, onların qayğısına daha çox qalır. Əslində, sosialist ölkələrində fəhlələrin vəziyyəti çox pis idi. Kommunist dövlətlərində şüarlar insanlara qayğını təsdiqləyirdi. Amma bu "qayğı" ədalətsizliyə, konfliktlərin dərinləşməsinə, cəmiyyətin digər siniflərinin məhv edilməsinə səbəb olmuşdu.

Mənafeyə əsaslanan Qərbin kapitalist dövlətlərində isə bu sahədə vəziyyət sosialist sistemi ölkələrindən daha ürəkaçan idi. Buna səbəb sevgi, xeyirxahlıq və şəfqət ifadə edən möhkəm xristianlıq dəyərlərinin Qərbdə intişar tapması olmuşdur. Nəticə etibarı ilə, bu ölkələrdə yoxsul və möhtaclara qayğı göstərilirdi. Halbuki kommunist ölkələrində kütlələrin vəziyyəti ağır olmuşdur.

Kommunizmin süqutu böyük ölçüdə ondakı despotluqla əlaqəlidir. Kommunizm ideologiyası mübarizəyə, münaqişə və mülkiyyət hüququnun ləğvinə əsaslanır. Kommunizm ideologiyası iddia edirdi ki, fəhlə sinfi hakimiyyətinin qurulmasını istəyir. Buna baxmayaraq, proletariat əzilmiş çoxluq olaraq qalırdı. Təbii ki, bu, marksizmin elan olunmuş məqsədləri ilə ziddiyyət təşkil edirdi. Kommunizm fəlsəfəsi səthi, qeyri-praktik və utopik olduğu halda Qərbdə vəziyyət çox yaxşı idi. Kapitalizm utopiyadan çıxış etmir, şəxsiyyət azadlığı və maraqların təmini konsepsiyalarına əsaslanır. Hər halda, xristian mərhəməti deyilən dəyər sənayeləşmənin dağıdıcı təsirini azalda bilmişdi. Kommunist partiyasının seçilmiş (elit) təbəqəsində isə vəziyyət başqa cür idi. Onlar özlərinin yaratdığı nəhəng bürokratiya maşını sayəsində şəxsi maraqları naminə çalışırdılar. Kommunist ölkələrində fəhlə sinfi bu sistemin əsas qurbanı idi. Xeyirxahlıq və dini dəyərlər fərd və cəmiyyət üçün zəruridir. Bu dəyərlər onlara əsaslanan sistemin güclənməsini təmin edir.

Qərbdə tərbiyə işinə dair çox saylı kitablar yazılıb, tədqiqatlar aparılsa da, bir insan ola-

raq biliyimiz məhduddur. İnsan üzərinə "ABŞ-da istehsal olunub" və ya "Çində istehsal olunub" yazıldığı məhsul deyildir. Biz kainatın yaradıcı Allah tərəfindən xəlq olunmuşuq. Allah bizi yaratmış, bizə ölçü vermişdir. O haqqımızda hər şeyi bilir.

"Tərbiyəçilər: tövsiyələri, araşdırmaları və düzəlişləri" adlı kitabında psixoloq Ceyn Renkin bildirir ki, tərbiyə nəhənglərinin tövsiyələri ilə son otuz il ərzində aparılmış elmi tədqiqatların nəticələri arasında dərin "uçurum" vardır. XX əsrin qərbli tərbiyə mütəxəssisləri, o cümlədən Benyamin Spok, T. Berri Brazelton, Ceyms Dobson, Penelop Liç, Con Rouzmond və digərləri tərbiyə işinin bir çox məsələsi (cəzalandırmaq, sərbəstliyin məhdudlaşdırılması, "işləyən analar" ideyası, uşaq bağçalarının rolu, televizorun təsiri, uşağa ayaqyolu vərdişlərini öyrətmək və s.) ətrafında fikir ayrılığına düşmüşlər.

Tərbiyə işinə dair araşdırmaları davam etdirsək də, bütün mümkün informasiya vasitələrindən, humanitar və təbiət elmlərinin nailiyyətlərindən istifadə etsək də, təvazökar olmalı, insan biliklərinin mənbəyini – Allahı unutmamalıyıq. İlahi vəhyin müdrikliyi və yolgöstərənliyinə həmişə ehtiyacımız vardır.

Təkəbbür + bilik = nadanlıq (cahillik)
Təvazökarlıq + bilik = maariflənmə (ziyalılıq)

Yüz il əvvəl İngiltərədə, Oksford universiteti Balliol kollecinin direktoru kabinetinin qapısında belə bir söz yazmışdı: “Mən bu kollecin direktoruyam. Mənim bilmədiyim şey bilik deyildir”.
Başqalarına yuxarıdan aşağı baxan insanlar onlardan hörmət gözləməməlidirlər!

Ailənin aqro-modeli

Uşaqlar bitkiləri, valideynlər isə bağbanı xatırladır. İngilis dilindəki "culture" (mədəniyyət) sözü "cultivation" (becərmə, əkmə) sözündən götürülmüşdür. Uşaqlar bir çox cəhətdən bitkilərə oxşayır. Onlar münbit şəraitdə daha yaxşı inkişaf etmək üçün qayğı və şəfqətə möhtacdırlar. Əlverişsiz ərazilərdə şitillərin böyüməsi üçün ən münbit yer istixanalardır. Açıq ərazidə əkilməzdən əvvəl gövdələnməsi lazım gələn bitkilərə daha çox qayğı göstərmək tələb olunur ki, həmin mühitdə əkilən digər bitkilərdən böyük, möhkəm, xəstəliklərə daha davamlı olsunlar. Uşaqlar da belədir: əxlaqi cəhətdən inkişaf etmələri üçün himayə və qayğı tələb olunur. "Bundan sonra uşaqlarımız ilk illərdə yaxşı qayğı görmüş bitkiləri xatırladacaqdır" (Zəbur, 144:12).

Yaxşı ev şəraitində tərbiyə almış uşaqlar daha güclü, daha sağlam olub, cəmiyyətdəki mənəvi xəstəliklərə daha çox müqavimət göstərirlər. Kənd təsərrüfatının inkişaf etdiyi cəmiyyətlərdə yaşayanlara bu bənzətmə qəribə görünmədiyi halda sənayeləşmiş şəhərlərdə yaşayanlara anlaqlı gəlmir. Buna baxmayaraq, təbiət etibarı ilə uşaqlar bitkilərdən çox fərqlənirlər. Bitkilər qeyri-aktiv olduqları halda uşaqlar enerjili və coşqundurlar, düşüncə və iradəyə sahibdirlər. Buna görə də valideynlər özləri uşaqlarını tərbiyə etməli, davranışlarını münasib qaydalarla məhdudlaşdırmağı bacarmalıdırlar. Tərbiyə zamanı uşaqların köməyə ehtiyacı vardır. Odur ki valideynləri onları həvəsləndirməli, onlardakı yaxşı vərdişləri inkişaf etdirməlidirlər. Vaxt gələcək bu yaxşı vərdişlər gözəl əxlaqa, ülvi dəyərlərə çevriləcəkdir.

Tapşırıqlar

VIII tapşırıq. XXI əsrin üç əsas qorxusu

Ailənizlə müzakirə edin: Bu qorxuların səbəbi nədir? Onları necə aradan qaldırmaq olar?

Mühafizəkar yazıçı-jurnalist Vilyam Bakley və keçmiş senator, liberal-demokrat Corc Məkgovern Keyp-Jirardo Cənub-Şərq Universitetində məzun gecəsində çıxış edərkən başlıca üç qorxudan söz açmışdılar:

1. Amerika ailəsinin zəifləməsi və dağılması. Bu səbəbdən nikahdankənar uşaqların sayı artmışdır.
2. Ekoloji tarazlığın pozulması. Bu qorxunu atmosferə, torpağa, okeanlara, su hövzələrinə küllü miqdarda çirkli maddələrin atılması doğurmuşdur.
3. Alkoqollu içkilərə aludəlik. Çünki bu hal fərdlərin və ailələrin sağlamlığına böyük zərər vurur.

IX tapşırıq. ***Uşaqlara nəcib keyfiyyətlərin aşılanması***

Valideynlər uşaqları ilə aşağıda göstərilmiş keyfiyyətləri, onların öyrədilməsi yollarını müzakirə etsinlər.

Uşaqlar:

Heyranedicidirlər – bunu onlara etiraf edin
Etibarlıdırlar – onlara inanın
Enerjilidirlər (fəaldırlar) – istiqamətləndirin
Safdırlar – məmnunluq hiss edin
Sevincəkdirlər – təqdir edin
Ürəyitəmizdirlər – onlardan öyrənin
Sevimlidirlər – oxşayın
Nəcibdirlər (alicənabdırlar) – ehtiram göstərin
Dünyagörüşləri genişdir – onlara öyrədin
Dəyərlidirlər – dəyər verin

Sual həvəskarıdırlar – həvəsləndirin
Təşəbbüskardırlar – dəstək verin
Könüllüdürlər – həzz alın
Bacarıqlıdırlar – inkişaf etdirin
Unikaldırlar – onları təsdiqləyin
Can atırlar – diqqət yetirin
Məzəlidirlər – onlarla gülün (Meiji, 1999).

X tapşırıq. Uşaq zorakılığının həqiqi səbəblərinin araşdırılması

Uşaqlarla birlikdə bəzi qorxulu halları onların şəxsi təcrübələri əsasında müzakirə edin.

ABŞ-dakı "Kolumbayn" məktəbində baş verənlər olduqca dəhşətli idi. Biri 17, digəri isə 18 yaşında olan iki gənc tapança və qumbaralarla 15 nəfəri öldürmüş, 26 nəfəri isə yaralamışdılar. Onlar filmlərdə, kompüter oyunlarında olduğu kimi gülərək atəş açırdılar. Daha sonra özlərini güllə ilə vurub intihar etdilər. Onlar evdə 19 qumbara hazırlamışdılar. Belə hadisələr nadirən baş vermir. Eyni ayda ABŞ-da 22 oxşar hadisə baş vermişdi. Yuxarıdakı hadisə bir sıra suallar doğurur: Bunu nə üçün edirlər? Kimdir cavabdeh? Belə hadisələrdən qorunmağın yolu nədir? Gələcəkdə oxşar halların təkrarlanmamağı üçün nə etmək lazımdır? Bu hadisədən götürüləcək dərslər varmı? Zorakılığın əsl səbəblərini necə aradan qaldırmaq olar?

XI tapşırıq. İctimai problemlərə münasibət

Siqaret, narkomaniya, nikahdankənar hamiləlik, alkoqolizm, intihar və boşanmaların səbəbləri və nəticələrini ailənizlə müzakirə edin, cəmiyyətin yaxşılaşdırılması yollarını birlikdə göstərin.

XII tapşırıq. **ABŞ-da ailə tərbiyəsinin Professor Spok modeli: bəzi dərslər**

"Dediyimi et, etdiyimi etmə!"

Ailənizlə birlikdə professor Spokun (1903-1996) aşağıda dərc olunmuş həyat hekayəsi əsasında tərbiyə praktikanızı müzakirə edin:

XX əsrin məşhur uşaq psixoloqu Benjamin Spokun müasir tərbiyə işinə töhfələrini nəzərə almadan ABŞ-da uşaq tərbiyəsinin vəziyyətini düzgün qiymətləndirmək mümkün deyildir. Anası balaca Spoku çox sevir, ona öz qayda-qanunlarını öyrədir, ondan böyük şeylər gözləyirdi. Spok içkiyə aludə olmuş həyat yoldaşını evləndikdən 51 il sonra boşamışdı. O, uşaqlar üçün psixoloji dispanser təsis etmişdi. Təcrübələri əsasında Spok başa düşmüşdü ki, uşaq problemlərinin çoxu (əsəb tutmaları, baş barmağı sormaq, yeməkdən imtina, yatmaq istəməmək, güvəcdə oturmağı bacarmamaq) sağlamlıqla deyil, davranışla əlaqəlidir.

Benjamin Spok Freydlə maraqlanırdı. O, iki dəfə psixoanaliz təcrübəsindən keçmişdi.

Valideynlərə tövsiyə edirdi ki, tələsməsinlər, övladlarına təzyiq göstərməsinlər, onlarla fəxr edib qürrələnsinlər. "Özünə inan. Sən güman etdiyindən daha çox bilirsən".

Spok öyrənmişdi ki, uşaqlar valideynlərdə ən çox sevgiyə ehtiyac hiss edirlər. Maraqlıdır ki, o, xəstələrinə qayğıkeşliklə qulaq asır, amma öz uşaqlarına qarşı heç də həmişə eyni cür davranmırdı. Bir dəfə ondan soruşmuşdular: "Uşağa valideynlərini lüt görmək olarmı?" Demişdi: "Bu, çətin sualdır, ona birmənalı cavab vermək mümkün deyildir".

Professor Spokun ailəsi dağılmışdı. "Uşaqları tərbiyə etmək haqqında yazmaq həmişə asandır. Amma öz uşaqlarımızla yaxşı keçinmək çətin işdir" – Spok deyirdi. Həyat yoldaşı içkiyə qurşanmış, əqli cəhətdən xəstələnmiş, xəstəxanaya göndərilmişdi.

Spok soyuqqanlı ata idi. Uşaqları özlərini atılmış hiss edirdilər. O da ölümündən əvvəl etiraf etmişdi ki, ailəsindən çox işi ilə

məşğul olmuşdur. Spok onu da etiraf etmişdi ki, uşaqlarını kiçik yaşlarında bir dəfə də olsun öpməyib.
O, uşaqlarından tələb etmişdi ki, onu adı ilə çağırsınlar. Bu həmin dövrdə həm radikal, həm də yeni ideya idi. Spoka görə, uşaqlarına verdiyi tərbiyə atanın fəlsəfəsini əks etdirməlidir. O öz dünyagörüşünü uşaqlarının tərbiyəsində tətbiq edirdi. Əslində, bu qeyri-real idi. Bu onun yanaşması idi və o, bununla bütün dünyaya demək istəyirdi ki: "Bu oğlumdur və o məni adımla çağırır".
Spok uşaqları ilə söhbət edərkən, sanki, onlardan şifahi imtahan götürürdü. O, uşaqları ilə, sanki, kitab oxuyurmuş kimi alçaq səslə, ancaq iti tonla danışırdı. Ağlına gətirmirdi ki, bu üsul uşaqlara hansı zərərləri verə bilər.
Uşaqlarına tapşırmışdı ki, özlərini xəcalətli etməsinlər, ailəyə üzüqaralıq gətirməsinlər. Spok üçün ailədən olmayan şəxslərin, başqalarının, mətbuatın rəyi çox mühüm idi. Uşaqları səliqəli geyinirdilər. Onlardan tələb edirdi ki, nəzakətli və istiqanlı olsunlar. Görəndə ki, oğlu Con gülümsəmir və ya insanların yanında qəmgindir, tez müdaxilə edirdi: "Qaşqabaqlı olma, insanların yanında şən görünməyə çalış".
Spok evində problemlərin olduğunu heç vaxt etiraf etməmişdi. Uşaqları onunla aralarına sərhəd qoymağa öyrənmişdilər. Con və Maykın ataları ilə aralarındakı mübahisələr gizli qalırdı. Müxbir və ya jurnalistlər atalarının evdə necə davrandığını soruşduqda uşaqlar bir yolla cavab verməkdən yayınırdılar.
Spok övladlarına onları sevdiyini hiss etdirməmişdi. Onlar özləri bunu etiraf etmişdilər: "Atamız bizi heç öpməyib".
Spok real insan olmaqdan çox rəmz, yaxşı ata olmaqdan çox ictimai xadim idi. O yaddaşlarda övladlarının mənəvi tələblərini nəzərə almayan ata olaraq qalmışdı.
Atasının ona verdiyi tərbiyəni və böyüdüyü mühiti tənqid edən Spok deyirdi:
"Heç vaxt mehribanlıq görməmişəm. Atam məni sevir və mənə yaxşı hədiyyələr alırdı. Amma fiziki yaxınlığı yox idi. Hər dəfə xatırlamağa çalışıram ki, görəsən, o məni və uşaqlarından kimisə bir dəfə də olsun öpübmü? Xeyr, heç vaxt öpməmişdir".

Bu mətndən çıxarılacaq dərs: Mütəxəssislərin nəzəriyyələrinə kor-koranə bağlanmayın. Onların bilikləri hey inkişaf edir, dəyişir. İnsanın əldə etdiyi biliklər ilahi vəhylə tamamlanmadıqca azacağıq, özümüzə və başqalarına xeyirdən çox zərər verəcəyik.

XIII tapşırıq. **Mədəni sarsıntı (şok) halının müzakirəsi**
Təklif olunur ki, valideynlər uşaqları ilə birlikdə öz şəxsi təcrübələri əsasında mədəni şok hallarını müzakirə etsinlər. Uşaqlara təklif edin ki, digər ölkələrə səfərləri, müxtəlif irq, din və millətlərdən olan məktəb yoldaşlarının mədəni dünyagörüşləri haqqında danışsınlar.
Əgər uşaqlar xaricdəki qohumlarını heç ziyarət etməyiblərsə, maliyyə vəziyyətiniz imkan verirsə, gələcəkdə ailəliklə məzuniyyət götürüb onların xaricdəki qohumlarına baş çəkmələrini təmin edin.

XIV tapşırıq. Həqiqi liderlərin düşüncə tərzi haqqında müzakirə
Aşağıdakı iqtibasları ailənizlə müzakirə edin:
"Müşahidə etmişəm ki, olduqca fəal və təsiredici liderlər ümumi işlərdə nadirən qəhrəmanlıq göstərə bilirlər. Bu kişi və qadınlar müxtəlif ümumi problemlərin həllində yüksək səviyyəli çempion da deyillər. Onlar səbirlə, diqqətlə, sistemli şəkildə hərəkət edir, doğru sayılanı edirlər" (Badaracco, 2002).
"Liderlər bəzən öz davamçılarında sürü zehniyyəti (mentaliteti) formalaşdırırlar. Amma özlərinə bu cür zehniyyəti rəva görmürlər" (Steven B. Sample. The Contrarian`s Guide to Leadership).
Çıxarılacaq nəticə: Əsas şey – doğrunu etməkdir, populyar və dəbdə olanı deyil!
Müzakirə: Kim nəyin doğru olub olmadığını müəyyənləşdirə bilər? Bu sənsənmi, başqalarıdırmı, yoxsa Qüdrətli Allahmı?!

XV tapşırıq. Uşaqlara ailənizin tarixçəsi haqqında danışın

Ailənizin kökü, əcdadı haqqında bildiklərinizi uşaqlarınızla bölüşün.

İndiki dövrdə bir çox ailədə soy-kök, əsil-nəcabət haqqında danışmırlar. Baba və nənələrin həyatını, uğurlarını, fəaliyyəti və təcrübələrini, onlardakı gücü haradan aldıqlarını bilmələrinə uşaqların ehtiyacı vardır.

Tərbiyə mütəxəssisi Nina Abdullah müştərilərinə nəsil şəcərəsi və genoqramların çəkilməsi qaydasını öyrədir. Genoqram ailə üzvlərinin: məsələn, bibilər, xalalar, əmilər, dayılar, əmi və dayı uşaqları, babalar və nənələr arasında baş verən evlilik, boşanma hallarını, xəstəlikləri və qohumluq münasibətlərini izah edən təsviri, izahedici cədvəl və ya diaqramdır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* əcdadlar haqqında hekayə və əhvalatlar danışmaq, soy-kök xatirələrini mümkün qədər yaddaşlarda saxlamaq ənənəsini alqışlamışdır (Campo, 2009).

Bəzi somalililər əcdadlarının iyirmi nəslini tanıyırlar. Keçmiş əcdadları haqqında bildiklərini danışmaq üçün onlar adətən böyük qəbilə toplantısı təşkil edirlər.

Üçüncü fəsil

Tərbiyə işi: məqsədlərin düzgün seçilməsi

Tərbiyə işində ilk addım: məqsədlərin müəyyən edilməsi
Məqsədlərə yaxından baxış
Qəhvə və ailə prioritetləri
Nəticə
Tapşırıqlar

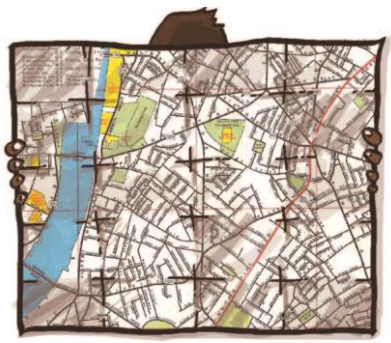
**Yaxşı və güclü ailələr,
cəmiyyətlər, millətlər və nəhayət,
təhlükəsiz dünya quracaq əməlisaleh
və güclü övladlar yetişdirməyi
özümüzə məqsəd bilməliyik**

Tərbiyə işində ilk addım: məqsədlərin müəyyən edilməsi

Valideynlər tərbiyə işində dərrakəli olmalıdırlar. Bir çox valideyn iş həyatını dəqiq şəkildə planlayıb, illik məzuniyyətlərini diqqətlə müəyyən etdikləri halda, ailədə planlı hərəkət etmirlər. Faktiki olaraq, valideynlərin əksəriyyətinin ailəyə dair təsəvvürlərdə, məqsəd və fəaliyyət planında sözləri bir yerə gəlmir. Məqsədyönlü olmamaq bir çox nailiyyət və uğurun əldən çıxması deməkdir. Vəziyyəti yaxşılaşdırmaq ümidi ilə ev və iş, mağaza və məktəb arasında getgəl etmək, məzuniyyət götürmək, bir böhrandan digərinə atlamaq – bütün bunlar övladlarımıza yaxşı gələcək qurmaq yolunda vaxtımızı hədər edir və biz buna əhəmiyyət vermirik. Sanki onların gələcəyi üçün ruletka oynayırıq. Bizim uzunmüddətli məqsədlərə və onları reallaşdırmaq üçün düşünülmüş strategiyaya ehtiyacımız vardır.

Münasib tərbiyə metodikası fərd və cəmiyyəti bir bütün olaraq nəzərdən keçirir. Güclü və yaxşı insanlar olmadan sağlam cəmiyyət inşa etmək mümkün deyildir. Belə insanlar boşluqdan yaranmır; onların yetişməsi üçün ailəyə, həmrəylik və əməkdaşlığa əsaslanan cəmiyyətə ehtiyac vardır.

Valideynlər güclü və etibarlı, mədəni vətəndaş yetişdirməyi qarşılarına məqsəd qoymalıdırlar. Belə övlad Allahın xəlifəsi olmağı, yəni yer üzünü inkişaf etdirmək, yaxşılaşdırıb abadlaşdırmağı qarşısına məqsəd qoymalıdır. Bu cür məqsədi olmayan insan adi bioloji varlıqdır, "məna"sı və "məzmun"u yoxdur. Maraq və mənafelər dünya və axirət həyatını əhatə etməli, həm müvəqqəti, həm də mənəvi, həm şəxsi həm də ictimai səciyyə daşımalıdır. Bu mövzuda valideynlər həmfikir olmalıdırlar. Söhbət həyata geniş bucaq altından nəzər salmaq, dünya və axirəti vəhdətdə götürmək üçün bitkin dünyagörüşünə sahib olmaqdan gedir.



Tərbiyə cədvəli: məqsədlər, dəyərlər və vasitələr

Xoşbəxt ailə	Əməlisaleh, imanlı övladlar tərbiyə etmək			
Ünsiyyət Təşviq / tənqid Həyat mövqeyi	Fiziki güc Sağlamlıq / "fitnes"	Şəxsi xüsusiyyətlər	Bilik, hikmət və iman	Bacarıq və qabiliyyətlər

Hisslər Sakitlik / qəzəb Sığallama, öpmə və qucaqlama Gülüş və zarafat Bir-birini başa düşmə Ailənin birlikdə vaxt keçirməsi Televizora alternativlər Ailə görüşləri Ailəliklə nahar etmək Stressə nəzarət Oyunlar, idman Uşaqlarla aktiv vaxt keçirmək	Həyat yoldaşı seçmək Uşağın inkişafı Əmizdirmə Beyin möcüzəsi Sağlamlıq Qidalanma İdman Yuxu Təhlükəsiz cinsi əlaqə Sərxoşedici içkilərdən imtina	Cəsurluq Sevgi Dürüstlük Azadlıq Məsuliyyət Sərbəstlik Yaradıcılıq Özünəinam Etibarlılıq Ehtiram Səbir Təvazökarlıq	Təhsil və tərbiyə Ev tapşırıqları Uşaqlara dəstək və həvəsləndirmə Cəzalandırmaq əvəzinə nizam-intizam İman Kimlik Geniş ailə	Mütaliə Yazı Kompüterlə işləmə Sürmə bacarığı Ev işləri Pul və vaxtdan istifadə Vermə (sədəqə, zəkat) Dua Qərar qəbul etmək

Gəlin diqqətimizi yuxarıdakı cədvələ verək. Biz onu "Tərbiyə cədvəli" adlandırırıq.

Bu cədvəldə vacib məqsədlər göstərilmişdir. Uşaqlıq dövründən yeniyetməlik mərhələsinədək olan müddət ərzində əxlaq prinsipləri və dəyərlərini aşılamaqla bu məqsədləri həyata keçirmək mümkündür.
Bu məqsədlər aşağıdakı ayə və hədis əsasında müəyyən edilmişdir:

"Və onlar deyərlər: "Ey rəbbimiz, bizə zövcələrimizdən və uşaqlarımızdan (sənə itaət etməklə bizi sevindirib) gözümüzün işığı (bəbəyi) olacaq övladlar ehsan buyur və bizi müttəqilərə imam (rəhbər) et!" (əl-Furqan, 74).

"İnsanlar fərqli xarakterlərə sahibdir. Onların Cahiliyyət dövründə seçkin olanları, dini yaxşı başa düşərlərsə, müsəlman olduqdan sonra da seçkindirlər".[1]

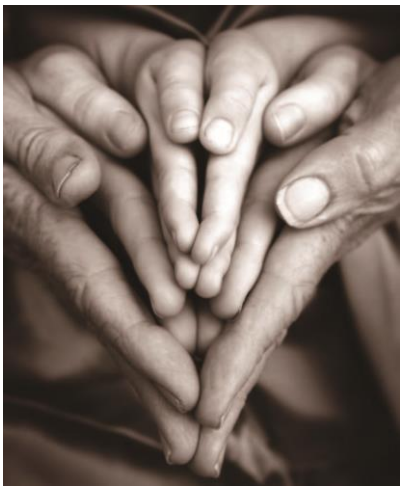
Yuxarıdakı ailədə bir valideynin səmimi istəyi əks olunmuşdur. Cədvəldən göründüyü kimi, məqsədlər iki böyük qrupa, ikinci qrup da dörd yarımqrupa bölünmüşdür. Valideynlər tez-tez bu cədvələ müraciət etməlidirlər ki, tərbiyə zamanı hansı məqsəd və əxlaq dəyərlərinin zəruri olduğunu öyrənsinlər. Həmçinin bu ona görə lazımdır ki, onlar cədvəldəki ardıcıllığı mənimsəsinlər, öz fəaliyyətlərini onunla müqayisə etsinlər. Belə olarsa, arxayınlaşmayacaq, gündəlik işlərin tərbiyənin prioritetlərinə təsir göstərməsinə imkan verməyəcəklər.

[1] Hədisi İmam Buxari və İmam Müslim rəvayət etmişdir.

Məqsədlərə yaxından baxış

Qurandan götürülmüş məqsədlər: möminlərin duası

Möminlər Allaha dua edirlər ki, onlara zövcələri və uşaqlarından gözlərinin işığı (bəbəyi) olacaq övladlar bəxş etsin. Bu epitet (*qurratu a`yun*) Quranda altı yerdə mövcuddur, hərfi mənası budur: "nemət səbəbi ilə gözün təsəlli



tapması; gözdəki sevinc və fərəh". Bu səbəbdən müsəlmanın əsas arzusu xoşbəxt ailəyə sahib olmaqdır.

Söhbət təkcə nuklear ailələrdən deyil, həm də geniş: əri, xanımını, uşaqları, baba və nənəni, əmi və bibiləri, dayı və xalaları, dayı və əmi uşaqlarını əhatə edən ailələrdən gedir. Xoşbəxt ailəyə sahib olmaq üçün bəzi zəruri şərtlərə əməl etmək lazımdır. Buraya daxildir: valideynlərlə uşaqların ünsiyyəti, sevgi və bağlılıq nümayiş etdirmək, yeri gəldikdə isə mükafatlandırma və taktiki tənqid. Əlavə şərtlər isə bunlardır: müsbət əhval-ruhiyyə formalaşdırmaq, başqalarının his-slərinə həssas yanaşmaq, tə-bəssüm, öpmək, qucaqlamaq, oxşamaq (sığallamaq), birlikdə yemək, birlikdə ev iş-lərini görmək, yerində zarafat etmək və s.

Möminlərin Qüdrətli və Böyük Allahdan ikinci istəyi budur ki, zövcələri və uşaqları müttəqilərə rəhbər olsunlar. "Bizi müttəqilərə imam et" ayəsinin bir neçə izahı vardır: "bizi başqalarına nümunə et; bizi başqalarına misal çək; bizi islaha çağıranlardan et; bizi başqalarına yolgöstərən et; bizi insanlara rəhbər et; bizi, hər şeydən əvvəl, müttəqilərdən et; bizi başqalarının önündən gedənlərdən et.

Yəni, ailənin ikinci məqsədi bəşəriyyətə yol göstərəcək

əməlisaleh liderlər tərbiyə etməkdir.

Qeyd edək ki, rəhbərlik haqqında danışarkən hakimiyyətə can atmağı nəzərdə tutmuruq; əksinə, yaxşı rəhbərlik üçün zəruri sayılan mənəvi keyfiyyətlərə sahib şəxslərin tərbiyə edilməsini nəzərdə tuturuq. "Rəhbər" sözü çox vaxt rəhbərlik uğrunda rəqabət və mübarizə düşüncəsi doğurur. Bu düşüncə səhvdir.

Hər qrupun öz rəhbəri vardır. Belə olmazsa, lazımsız rəqabət yaranacaq, hər kəs öz fikrini yeritməyə cəhd edəcəkdir. Qrupda hər kəs rəhbər olmaq istəsə, bəs onda kim işləyəcəkdir? Tərbiyə işində qarşımızda duran məqsəd uşaqlarımızı liderliyə xas keyfiyyətlərə sahib olmağa ruhlandırmaqdır. Mövcud vəziyyətin yaxşılaşdırılmasında iştirak edən hər kəs əsl liderdir. Həqiqi inkişafa gedən yol bundan keçir.

Təkrar edirik, liderlik xüsusiyyətlərinin tərbiyə edilməsi dedikdə hakimiyyətə, vardövlət və vəzifəyə can atmağı, dominantlıq və nəzarəti öyrətmək nəzərdə tutulmur. Əksinə, istəyirik ki, uşaqlar alicənablıq və təvazökarlıq əsasında tərbiyə olunsunlar, ali məqsədə can atsınlar, cəmiyyətin fəal və dəyərli üzvləri olduqlarını dərk etsinlər. Müxtəlif dəyərlərin olduğu mühitdə yaşamağı bacaran, özünəinam hissindən böyük ölçüdə istifadə edən şəxslər – məhz onlar qarşılarına ali məqsədlər qoyurlar. Onlara şəkk-şübhə mane ola bilməz. Həmçinin cəmiyyət tərəfindən fikirləri, inancları və etnik kimliklərinin rədd ediləcəyi qorxusu ilə yaşayan uşaqlar cəmiyyətə xidmət edə bilməzlər. Əgər uşaqlarımıza özünəinam və doğru istiqamətdə getməyi öyrətmiriksə, səhv yolu tutub gedəcəklər.

Hanı haradadır liderlər? Lider sizsiniz!

• Biz gözlənilən liderlərik.

• Liderlik mühüm insan olmaq deyildir. Liderlik – mühüm məqsədə xidmət etməkdir.

• Yüksək vəzifə tutub-tutmamağın mühüm deyildir. Mühüm olanı – insanların sənin arxandan gəlmələridir.

• Liderlik Allahdan başqa kiminsə nəzarət etmədiyi hallarda doğru olanı etməkdir.

• Hər birimiz başqalarının lideridir. Bu başqaları iş yoldaşınız, xanımız, uşaqlarınız, hətta özünüz ola bilər.

Lider müəyyən məqsədlərə nail olmaq üçün başqalarına öz işlərində istiqamət verən şəxsdir. Tərbiyəçi isə hansı isə tapşırığı yerinə yetirmək bacarığı aşılayan şəxsdir. Məsələn, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* orduya rəhbərlik etmək vəzifəsini Əmr ibn As və Übeydə ibn Cərraha tapşırmış, Mus`ab ibn Ümeyri Mədinəyə, Muaz ibn Cəbəli isə Yəmənə əməlisaleh və mömin insanlar tərbiyə etmək üçün göndərmişdi.

İslam ənənəsində lider sözü (ərəbcə: "qaid") işlədilməmişdir. Bunun əvəzinə, aşağıdakı sözlərdən istifadə olunmuşdur:

"rai" (çoban), "haris" (keşikçi), "müşrif" (nəzarətçi), "müvəccih" (istiqamətləndirən), "mürəbbi" (tərbiyə verən), "imam" (rəhbər, öndər), "şəxsi-miqdam" (cəsur, öndər insan), "qüdvət" (nümunəvi), "mühəzzib" (tərbiyəçi), "bani əx-laqi-həmidə (müəddib)" (gözəl əxlaq aşılayan, ədəb-ərkan öyrədən), "müəllim" (öyrədən), "müraqib" (göz-qulaq olan), "mürşid" (doğru yol göstərən), "müdərrib" (təlim verən).

Təsadüfi deyildir ki, bir çox peyğəmbər, o cümlədən Həzrəti Şüeyb, Həzrəti Musa, Həzrəti İsa və Həzrəti Məhəmməd *(Onlara Allahın xeyir-duası olsun!)* çobanlıqla məşğul olmuşlar. Çobanlıq işi insana nəzakət, qayğıkeşlik, diqqət, başqaları ilə mehriban və təvazökar davranmaq aşılayır. Bütün bunlar uşaqları tərbiyədə vacib sayılan keyfiyyətlərdir. Valideynlərin sürünün keşiyini çəkən çobanlara oxşadılması necə də yaxşıdır. Bu baxımdan, lider "çoban"dır, nəzarətçidir, təlimçi və öyrədəndir.

Lider, yoxsa çoban?

"Lider" sözü müxtəlif mədəniyyətlərdə işlədilsə də, Quran və hədislərdə ona rast gəlinmir. Bunun əvəzinə "rai" (çoban) sözü işlədilmişdir.

"Hər biriniz "çoban"dır (başçıdır) və "sürü"sündən (ailəsindən) məsuldur. İnsanlara başçılıq edən şəxs onların "çoban"ıdır və "sürü"sündən məsuldur. Kişi əhli-əyalının "çoban"ıdır və "sürü"sündən məsuldur. Qadın ər evinin və uşaqlarının "çoban"ıdır, "sürü"sündən məsuldur. Xidmətçi sahibinin var-dövlətinin "çoban"ıdır və "sürü"sündən məsuldur. Kişi atasının var-dövlətinin "çoban"ıdır və "sürü"sündən məsuldur. Hər biriniz "çoban"sınız və "sürü"nüzdən məsulsunuz"[2].

Hədisdən götürülmüş məqsədlər

Peyğəmbər (Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!) demişdir:

"İnsanlar fərqli xarakterlərə sahibdir. Onların Cahiliyyət dövründə seçkin olanları, dini doğru başa düşərlərsə, müsəlman olduqdan sonra da seçkindirlər"[3].

---

[2] Hədisi İmam Buxari rəvayət etmişdir.

[3] Hədisi İmam Buxari və İmam Müslim rəvayət etmişdir.

Bu hədisdən götürüləcək dərslər çoxdur. Birincisi budur ki, müsbət xarakter erkən uşaqlıq mərhələsində formalaşdırılmalıdır. Hədisdən məlum olur ki, bu qayda müsəlman oldu-olmadı hər kəs üçün eynidir. İslamın gəlişindən əvvəl bir çox kişi və qadında şücaət, yaradıcılıq, dürüstlük, sevgi və inam kimi keyfiyyətlər vardı. Hədisdən o da məlum olur ki, yaxşı (seçkin) insanlar bu əxlaqi keyfiyyətlərə sahib olanlardır. İslam, sadəcə olaraq, bu keyfiyyətlərə iman, ilahi hikmət və bilik əlavə etmişdir. Həmçinin Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* bizə öyrədir ki, belə nəcib keyfiyyətlərə sahib müşrik islamı doğru başa düşərsə, bitkin şəxsiyyəti və gözəl əxlaqı olan müsəlmana çevrilə bilər.

Gözəl əxlaqlı müşrik → islamı doğru başa düşür və qəbul edir → gözəl əxlaqlı müsəlmana çevrilir

Bəzi müsəlmanlar elə güman edirlər ki, Həzrəti Ömər və Xalid ibn Vəlid kimi görkəmli müsəlmanlardakı şücaət, dürüstlük və etibar onlar islamı qəbul etdikdən sonra yaranmışdır. Əslində onlar islamı qəbul etməzdən əvvəl də cəsur, dürüst və etibarlı şəxslər idilər. İslam mövcud nəcib keyfiyyətlərə ilahi hikmət və bilik əlavə edir.

Yuxarıdakı hədisdə xarakter xüsusiyyətlərinə diqqət verilir. Onların formalaşması üçün müəyyən şərtlərə əməl etmək lazımdır. Məsələn, analar, xüsusən hamiləlik və əmizdirmə dövründə öz sağlamlıqlarına diqqət yetirməlidirlər. Alkoqollu içkilər, narkotik maddələr, siqaret həm hamilə qadının, həm də hələ doğulmamış uşağın sağlamlığına zərbə vurur. Hamilə qadın dərmanlardan uzaq durmalı (həkimin tövsiyəsi əsasında mümkündür), yaxşı qidalanmalı, kifayət qədər yatmalı, virusoloji xəstəlik və iltihablardan özünü qorumalıdır.

Lazımi əxlaqi keyfiyyətləri (şücaət, dürüstlük, yaradıcılıq, etibar, bacarıq, sevgi və məsuliyyət) uşaqlara ilk beş yaş ərzində aşılamaq lazımdır. Valideynlər uşaqlarına fikirlərini ifadə et-

məyi, oxuyub yazmağı, sonrakı illərdə isə maşın sürməyi, kompüterdən istifadə etməyi öyrətməlidirlər. Həmçinin uşaqlara səbir və ehtiram göstərməyi, qərarlar qəbul etməyi öyrətmək lazımdır. Bu bacarıqlar nə qədər tez öyrədilsə, uşaqlar üçün bir o qədər yaxşı olacaqdır.

Həm dostları, həm də düşmənləri Həzrəti Məhəmmədi *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* "dürüst və etibarlı şəxs" adlandırırdılar. Dürüstlük və etibar peyğəmbərlikdən əvvəl Həzrəti Məhəmməddəki başlıca keyfiyyətlər idi. Quran Nuh, Yunis, İbrahim, İsmayıl, Musa, İsa, Yusif, Əyyub, Yaqub və Talutu *(Onlara salam olsun!)* təsvir edərkən "İnsanlar fərqli xarakterlərə sahibdir. Onların Cahiliyyət dövründə seçkin olanları, dini doğru başa düşərlərsə, müsəlman olduqdan sonra da seçkindirlər" hədisində deyilənləri təsdiqləyir. Belə ki Quranda Həzrəti Musa "güclü və etibarlı", Həzrəti Yusif də "qoruyub-saxlayan və bilən" kimi təsvir olunur. Bu təsvirlərdə liderlik üçün tələb olunan mühüm bacarıqlar öz əksini tapıb: güc (fiziki, əxlaqi və xarakter gücü), bacarıq (bacarıq bizdən bilik və müxtəlif qabiliyyətlər tələb edir) və etibar. Bir sözlə, Quranda iyirmi beş peyğəmbərə xas nəcib keyfiyyətlər arasında müdriklik, dürüstlük, bilik, mərhəmət, mehribanlıq, şəfqət, güc, səbir, etibar və vədə sədaqət göstərilmişdir. Biz uşaqlarımızı tərbiyə edərkən bu keyfiyyətləri əsas götürməliyik. Ayələrə nəzər salaq:

"Kitabda İsmayılı da yada sal. O, vədinə sadiq, bir elçi, bir peyğəmbər idi" (Məryəm, 54);

"(Yusif) dedi: "Məni bu yerin (Misirin) xəzinələrinə məmur təyin et. Çünki mən (özümə etibar edilən var-dövləti) qoruyanam, (işləri idarə etməyi) bilənəm" (Yusif, 55);

"(Musa) yetkinləşib kamilləşəndə ona hikmət və elm verdik. Biz yaxşı əməl sahiblərini belə mükafatlandırırıq" (əl-Qəsəs, 14);

"(O iki qızın) biri dedi: "Atacan! Onu muzdla (çoban) tut, çünki bu güclü və etibarlı adam (indiyə qədər) muzdla tutduqlarının ən yaxşısıdır" (əl-Qəsəs, 26);

"... Həqiqətən, Allah sizdən ötrü onu seçmiş, elm və bədəncə ona üstünlük vermişdir..." (əl-Bəqərə, 247);

"Sizə özünüzdən bir peyğəmbər gəldi ki, sizin əziyyətə (məşəqqətə) düşməyiniz ona ağır gəlir, o sizdən ötrü təşnədir, möminlərə şəfqətli, mərhəmətlidir" (ət-Tövbə, 128).

Qəhvə və ailə prioritetləri

Ata boş bir qab götürüb tennis topları ilə doldurdu. Uşaqlarından soruşdu:
– Qab doludurmu?
Hamılıqda:
– Bəli doludur, – deyə cavab verdilər.
Sonra çınqıl kisəciyini qaba boşaltdı. Ehmalca yırğaladı. Çınqıllar tennis topları arasındakı boşluqları tutduqda təkrar soruşdu:
– Qab doludurmu?
– Bəli, – hər kəs cavab verdi.
Ata qum kisəciyinin ağzını açıb qaba boşaltdı. Qum axaraq qalmış boşluqları doldurdu. Bu vaxt ata sualını təkrarladı:

– Qab doludurmu?
Hər kəsin cavabı eyni oldu:
– Bəli, doludur.
Bundan sonra ata stoldakı qəhvə qutusunu götürüb içindəki qəhvəni qabdakı qumun üstünə boşaltdı. Bu vaxt uşaqlar atanın etdiyinə güldülər. Atası onlara dedi:
– Təsəvvür edin ki, bu qab sizin həyatınızdır. Tennis topları ən vacib şeylərdir: ibadət, gələcək həyat yoldaşı, uşaqlar, sağlam-

lıq, dostlar və sevimli məşğələlər. Hər şeyinizi itirsəniz də, bunlar həyatınıza məna qatan şeylərdir. Çınqıllar zəruri vəziyyətlərdə dəyişdirə, imtina edə biləcəyimiz şeylərdir. Onlarsız keçinmək mümkündür. Buraya iş, ev və maşın daxildir. Qum isə həyatımıza müxtəliflik qatan xırda işlərdir. Əylənmək, həzz almaq və digər şeylər buna misaldır.

Əgər qaba birinci qumu töksəniz, tennis toplarına və çınqıllara yer qalmayacaqdır. Eyni şeyi həyat üçün də demək mümkündür. Əgər bütün enerjinizi və vaxtınızı ikinci dərəcəli, kiçik şeylərə sərf etsəniz, mühüm şeylərə vaxtınız və taqətiniz çatmayacaqdır. Dünyada uğur qazanıb axirətdə xoşbəxt olmaq üçün insan oğlu əsas diqqətini çox mühüm məsələlərə verməlidir. Odur ki ailənizlə namaz qılın, xeyriyyə işləri ilə məşğul olun, uşaqlarınıza da vaxt ayırın, sağlamlığınızın qeydinə qalın, həyat yoldaşınızla şam yeməyinə çıxın, təhsilə vaxt ayırın... Evi yığışdırmağa, qabları və paltarları yumağa, sıradan çıxan şeyləri təmir etməyə həmişə vaxt tapılacaqdır.

İlk növbədə, tennis topları – vacib məsələlərlə maraqlanın. Prioritetlərinizi müəyyənləşdirin. Sonraya saxladığınız şeylər sadəcə qumdan ibarətdir.

Uşaqlardan biri soruşdu:

– Bəs qəhvəni necə başa düşək?

Atası gülümsədi:

– Şadam ki, soruşdun. Qəhvə o deməkdir ki, həyatda nə qədər məşğul olursunuzsa olun, dostlarla bir fincan çay və ya qəhvə içməyə həmişə vaxt qalır.

Nəticə
Mükafat yaddan çıxmasın

Bu fəsil məqsədlər məsələsinə həsr edilib. Deyilənlərdən məlum olur ki, məqsədləri müəyyənləşdirmək onlara çatmağın yoludur. "Son məhsul"u həmişə diqqətdə saxlamaq lazımdır – əməlisaleh övladlar tərbiyə etmək. Bu bir valideynin övladları ilə rəftarına, onlara lazımi keyfiyyətləri aşılmasına birbaşa təsir göstərir.

Uşaqlarımız üçün müəyyənləşdirdiyimiz məqsədlərə çatmaq üçün əxlaq və davranışlarımıza diqqət yetirməliyik. Bunun üçün bizdən aşağıdakılar tələb olunur:

1. Nizam-intizam, tərifləmə və səlahiyyətlərin bölüşdürülməsi arasında balans yaratmaq
2. Daha çox öyüd-nəsihət, tövsiyə vermək, məsələlərə hərtərəfli baxmaq, dünya və dinə baxışımızı düzəltmək, kimlik və mənsubluq hissini nəzərə almaq.
3. Yuxarıda deyilənləri imanla, namaz və dua ilə tamamlamaq lazımdır. Uca Allah səmimi və dürüst insanların dualarını qəbul edir, onlara münasib bildiyi vaxtda öz üslubu ilə kömək göstərir.

Əhdi-Ətiqdə deyilir:

"Uşağa getməli olduğu yolu öyrət. Böyüdüyündə başqa yolla getməyəcəkdir" (Məsəllər, 22:6).

Dünyanın gələcəyi və təhlükəsizliyi böyük ölçüdə gələcək nəsillərdən asılıdır. Tərbiyə cəmiyyətin yaxşılaşdırılması və yenilənməsində böyük rol oynayır. Tərbiyənin nəticələrinə etinasız yanaşmaq, onları heçə saymaq olmaz. Bəşəriyyət böyük təhlükə və problemlərlə üz-üzədir. Odur ki məsuliyyətimizi dərk etməliyik. Düzgün tərbiyə işini öyrənməli və tətbiq etməliyik. Uşaqlar gələcəyin valideynləridir. Onlar da öz uşaqlarına bizdən öyrəndikləri dəyərləri, əxlaq və ədəb-ərkanı öyrədəcəklər. Belə nəsil dünyaya əmin-amanlıq, sülh, ədalət və stabillik bəxş edə bilər. Həyat aldığımız nəfəslərin sayı ilə deyil, ruhumuzu qidalandıran anlarla ölçülür.

Tapşırıqlar

XVI tapşırıq. Evdəki abı-havanın müzakirəsi
Ailə üzvlərinin hər birindən aşağıdakı suallara cavab verməsini xahiş edin:

Evə daxil olarkən özünüzü xoşbəxt hiss edirsinizmi?
Evdən çıxarkən özünüzü xoşbəxt hiss edirsinizmi?
Evdə abı-havanın daha yaxşı olmağı üçün nə edə bilərsiniz?

Ailədəki hər kəsin qarşına evdəki abı-havanın daha da yaxşılaşdırmaq üçün konkret addım atmaq tələbi qoyulmalıdır.

XVII tapşırıq. Valideynlər, uşaqlarınıza öyrədin!
Aşağıda göstərilənləri nəzərdən keçirin, onları uşaqlarınıza necə öyrədəcəyinizi müzakirə edin.

- Xoşladıqları güllərin əkilməsi qaydası (uşaqlar gillə, su şlanqları ilə oynamağı, qazmağı sevirlər)
- Yerə zibil atmamaq
- İşdə sizə zəng etmək
- Fövqəladə qurumlarla nə vaxt və necə əlaqə yaratmaq lazımdır?
- Nəzakətli və mehriban olmaq
- Ətrafdakıları incitməmək
- Heyvanlardan qorxmamaq, onlarla şəfqətlə davranmaq
- Verilən sözü tutmaq
- Bir yeri çirkləndirdiklərində oranı təmizləmək
- Sevinc və qəmə ortaq olmaq
- Fərqli fikirlərə hörmət

- Müxtəlif xalqlardan olan uşaqlarla dostluq
- Alınan şeyi vaxtında qaytarmaq
- Yeni şeyləri sınaqdan keçirməkdən qorxmamaq (təbii ki, ehtiyatlı olmaq şərti ilə)
- İtdikdə necə davranmağın qaydaları
- Müzakirə üsulları
- Qalib gəlməkdən deyil, oynamaqdan həzz almaq
- Ciddi problemin həllində Allahdan kömək istəməyi unutmamaq
- Paltar və qab yumağın, yemək bişirməyin qaydaları
- Kitablara hörmət etmək
- Vaxtında gəlmək, gecikdikdə xəbər etmək
- Sirr verməmək
- Fədakar, səxavətli və alicənab olmaq
- Səliqəli görünmək

Əziz valideynlər!

- Uşağınıza: "Ağlama!" – deməyin, əksinə, nə üçün ağladığını soruşun.
- Uşağınıza hər istədiyi şeyi, imkanınız yetsə də, almayın.
- Uşağınızı səhvlərinə görə danlamayın. Əksinə, nə üçün az cəhd göstərdiyini onunla müzakirə edin.
- Uşağınıza güvənin.
- Uşağınızın yanında xanımınızı danlamayın.
- Uşağınızın otağına televizor və ya kompüter yerləşdirməyin.
- Televizordan dayə olaraq istifadə etməyin.

XVIII tapşırıq. **Doğru olmayan məsəllər, atalar sözləri, adətlər**

Valideynlər adət-ənənədə özünə yer etmiş bir sıra məfhum və məsəllərin, onlardakı xudbinlik, vecsizlik, ikiüzlülük, tənbəllik motivlərinin doğru olmadığını uşaqlara izah etməlidirlər. Məsələn:

Canavar olmasan, qurdlara yem olacaqsan (hegemonluq, təcavüzkarlıq hissi aşılayır);
Qatlaya bilmədiyin əlləri öp (ikiüzlülük öyrədir);

Mənə nə?! (eqoistlik aşılayır);
Susuzdan öləcəyəmsə, heç yağış yağmasın (biveclik aşılayır);
Yaxşılıq etdiyin kimsələrdən qorx (təşəbbüslərə əngəl olur).

XIX tapşırıq. **Əsl dostluğa əsaslanan dünyagörüşü**
Aşağıdakı hədisi uşaqlarınıza izah edin. Onlara izah edin ki, dostluqda vəfasızlıq, səmimiyyətsizlik və Allahsızlıq olmamalıdır.

Bir dəfə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* səhabələrinə buyurdu: "Allahın qulları arasında elələri vardır ki, onlar nə peyğəmbər ***(nəbi***), nə də şəhiddirlər. Peyğəmbərlər və şəhidlər onların Allah dərgahındakı məqamına qibtə edərlər." Səhabələr soruşdular: "Bizə onlar barədə danış. Kimlərdir onlar, ey Allahın rəsulu?" Peyğəmbər: "Onlar bir-birini qohumluq və vardövlətə görə deyil, Allah üçün sevənlərdir. Simaları nurdur və onlar nurun üstündədirlər. İnsanlar qorxduqları vaxt onlar qorxmayacaqlar. İnsanlar qüssələndiklərində onları kədər-qəm bürüməyəcəkdir", – deyə cavab verdi və oxudu: "Məgər, onlar Allahın dostları deyillərmi? Onlar üçün heç bir qorxu yoxdur və onlar qüssələnməyəcəklər[4]"[5].

XX tapşırıq. Ailə daxilində məsələlərin vaxtaşırı müzakirəsi
• Hər bir ailə üzvünün vəziyyəti və problemlərini müzakirə etmək üçün ayda bir dəfə ümumi görüş keçirin.
• Müzakirələrin sakit keçməsinə, mübahisə və gərginliyin olmamasına çalışın.

[4] "Yunis" surəsi, 62-ci ayə.
[5] Hədisi Əbu Davud rəvayət edib.

Dördüncü fəsil

Ən mühüm məqsəd: Allahı sevən uşaqlar tərbiyə etmək

Giriş
Uşaqlarımıza imanı necə aşılaya bilərik?
Özünəyüklənmə və ictimai işlərdə tapılmama
Şəxsi məsuliyyət hissinin olmamağı
Təhrif olunmuş mədəniyyət: gerilik və xurafat
Balanslaşdırılmış üsul
Uşaqlara Quranı sevməyi öyrədin
Uşaqlara namazı öyrədin
Uşaqlara tövbə etməyi öyrədin
Uşaqlara islam tarixini öyrədin
Uşaqlara ədəb-ərkan öyrədin
Uşaqlarınıza ilk olaraq nə deməlisiniz: onlar Allahı sevirlər, yoxsa Allah onları sevir?
Tapşırıqlar

Giriş

Keçən fəsildə valideynlərin tərbiyə prosesində nəzərə almalı olduqları məqsəd və dəyərlərə toxunulmuşdu. Lakin xüsusi yanaşma tələb edən əsas, obyektiv məqsəd mövcuddur: Allaha iman. Allah haqqında məlumatı olan uşaqları tərbiyə etmək Allahı sevən, Ona ibadət edən uşaqları tərbiyə etməkdən fərqlənir. Allahı dərk digər dəyərlərin meydana çıxdığı, müvəffəqiyyət doğuran baza rolunu oynayır.

Uşaqlarımızla keçirdiyimiz vaxt, heç şübhəsiz, azdır. Elə isə işlərimizi sahmana salmalı, müəyyən proqramlar tərtib etməli, bizim əvəzimizə kiminsə bu işi görməsini gözləməməliyik. Ümid etməməliyik ki, uşaqlarımızın mənəviyyat və əxlaqı öz-özünə cilalanacaqdır. Çünki yaşadığımız cəmiyyət balanslaşdırılmamış rasionalizmə çağırır. Balanslaşdırmamış rasionalizm Allahı həyatımızdan kənar saxlayan düşüncə tərzidir. Allahı maraqlar siyahısının axırına yerləşdirən düşüncələrdən ehtiyat edin.

Uşaqlarımıza imanı necə aşılaya bilərik?

Nə etməli olduğumuzu fikirləşməzdən əvvəl ailə mühitində nələrin baş verdiyinə nəzər salmalıyıq.

İndiki dövrdə müsəlmanların dinə baxışını formal-hüquqi olaraq xarakterizə etmək mümkündür. Şübhə yoxdur ki, bu vəziyyət uşaqları tərbiyə vasitələrinə təsir göstərir. Dini həyat iki sahəyə bölünür: a) ayinlər (***ibadat***); b) sosial münasibətlər (***müaməlat***). İbadət ayinləri müsəlmanların uşaqları tərbiyə təsəvvürlərinə təsir göstərir. Çünki dini təhsildə müəyyən ayinlərin icrasına diqqət verilir. Buraya dəstəmaz, gündəlik beş vaxt namaz, Ramazan orucu və zəkat daxildir. Həmçinin sosial institutlar, o cümlədən nikah müqaviləsi (***zəvac***), ticarət müqavilələri (***uqud***), ədəb-ərkan qaydaları və müsəlman olmağın elan edilməsi (***kəlmeyi-şəhadət***) ciddi şəkildə qorunur. Bu dinin "hüquqi üsulu"dur.

Əksər hallarda müsəlman valideynlər ümmət qarşısındakı öhdəliklərinə etinasız yanaşırlar. Onlar şəxsi maraqlarından çıxış edir, cəmiyyətin başqa üzvləri qarşısında daşıdıqları mənəvi məsuliyyət barəsində düşünmək belə istəmirlər. Nəticədə, uşaqlara Quran oxumaq və namaz qılmaq öyrədilsə də, kimsə onları ictimai həyatda iştiraka həvəsləndirmir. Valideynlər də düzgün hərəkət etdiklərini düşünürlər. Bu minvalla böyüyən uşaqlar elə güman edirlər ki, islama görə həyatın əsasında

ibadət etmək dayanır: ibadət etdinmi, dini-mənəvi öhdəliklər bitmişdir, vəssalam! Bu da öz növbəsində mənfi fərdiyyətçiliyə əsaslanan həyat tərzinin yaranmasına aparıb çıxarır.

Təəssüf ki, bu cür etinasızlığın nəticələri ağırdır. Çünki bu

cür xudbin yanaşma, əvvəl-axır, ictimai həyatı, cəmiyyəti dağıdacaq, yekunda, hər kəs zərər görəcəkdir.

Əslində ibadət dedikdə təkcə ayinləri icra etmək nəzərdə tutulmur. İbadət, həm də islam prinsiplərinin müəyyənləşdirdiyi bütün iş və vəzifələri yerinə yetirməkdir. Bu mənada ibadət, dəyərlərə riayətdir, xeyirxahlığı yaymaqdır, pis işlərdən uzaq olmaqdır, ictimai həyatda iştirakdır, başqaları ilə maraqlanmaqdır. Valideynlər bütün bunları övladlarına öyrətməsələr, özlərindən sonrakı nəsillərə biveclik xəstəliyini miras qoyacaqlar. Dini təhsilin çatışmayan cəhəti bundadır ki, dini ayinlərin icrasına son dərəcə çox diqqət yetirilir – bu özlüyündə məqsəd halına gəlib, – nəfsi tərbiyə, şəxsi inkişaf və ictimai işlərlə maraqlanmaq isə ikinci, üçüncü dərəcəli məsələlər sayılır.

İbadət, həm də zikr deməkdir. Zikr düz yola çıxmaq, xeyirxahlıq, əxlaq və müsbət davranışları mənimsəmək üçün Allahı xatırlamaqdır.

Özünəyüklənmə və ictimai işlərdə tapılmama

Təəssüf ki, islam tarixi müsəlman ilahiyyatçıları və korrupsiyaya batmış hakim təbəqə arasında gedən çəkişmələrin şahidi olmuşdur. Müsəlman alimləri özlərini ictimai həyatdan təcrid etmiş, əsas diqqəti həyatın individual aspektlərinə vermişlər. Nəticədə, ədalətli hakimiyyət, siyasi iştirakçılıq, şura, mədəni hüquq və vəzifələr, ictimai ədalət problemlərinə lazımi diqqət ayrılmamışdır. Bu da öz növbəsində islama universal baxışı təhrif etmişdir. İctimai həyata passiv münasibət ümmətin komanda ruhunu öldürmüş, əməkdaşlıq şüuruna zərbə vurmuşdur.

Mədəniyyət ancaq şəxsi maraqları əsas götürən düşüncə tərzi ilə ayaqda qala bilməz. Mədəniyyətin davamlılığı üçün ümumi-ictimai maraqlar əsas götürülməlidir. Başqa sözlə, "bəşəriyyətə xidmət" (***istixlaf***) konsepsiyasının tətbiqi bizdən icraat (***tədiyə***), inkişaf, abadlaşdırma (***ümran*** – ümumi mənafeyə

əsaslanan cəmiyyət qurmaq) tələb edir. Ailəyə qayğı müsəlman hüququnun prioritetlərindən hesab olunsa da, mədəniyyət banilərinin yetişdirilməsində kafi deyildir.

Problemin bu cür qoyuluşu qanunpərəst, ibadət edən, eyni zamanda, passiv fərdlərin yetişməsinə səbəb olur. Formal-hüquqi ənənə əsasında tərbiyə almış şəxslər ibadətlərini (dəstəmaz, namaz, oruc, həcc) düzgün yerinə yetirsələr də, yaxşı vətəndaşa çevrilmir, ictimai iştirakçılıq şüurunu mənimsəmir, cəmiyyətə xidmət etmirlər. Hazır xidmətlər təqdim edən hökumətlərdən asılı olan insanlar ictimai işlərdə iştirak etmir, öz müqəddəratları haqqında düşünmür, gələcəklə əlaqəli qərarlar vermir, biliklərini artırmır, şəxsi maraqlarının qeydinə qalmırlar. Başqa sözlə, etinasızlıq fəal iştiraka qalib gəlir. Bu tərzdə tərbiyə olunmuş uşaqların azad, düşünən və yaradıcı olmağı qeyri-mümkündür; onlar komanda işinə yiyələnməyi, sosial inkişafın pionerlərinə çevrilməyi bacarmır, nəticədə, adamayovuşmaz, eqoist ruhda böyüyürlər.

Siyasi və dini diktatura şəraitində yaşayan insanların vəziyyəti acınacaqlıdır. Belə ölkələrdə ictimai dəyişikliklərə ehtiyac vardır. Onlar zəif cəmiyyət və yeni dağıdıcı səviyyə formalaşdırırlar. Şəriətə əməl edərək, faiz gəlirləri olan banklarda hesab açmaqdan çəkinən insanlar gəlir vergisini, hətta zəkatın məbləğini hesabladarkən fırıldağa əl atırlar. Halbuki kələkbazlıq şəriətdə rədd edilir. Qaçaqmalçılıq zamanı polisin əlindən qaçdıqda, yaxud gömrük işçilərini aldatdıqda bu insanlar çox sevinirlər.

Əksər valideynlər uşaqlarına kiçik yaşlarından eqoistlik aşılayırlar. Onlar uşaqlarına başqaları ilə maraqlanmağı, möhtac və yoxsullara görə məsuliyyət hiss etməyi öyrətmək əvəzinə, onun geyiminə daha

çox diqqət yetirirlər. Bir çoxumuz uşaqlarımıza bahalı, amma asanlıqla sınan, yaxud xarab olan oyuncaqlar alır. Amma onlara səkilərdə yemək və paltar dilənən yoxsulların məhrumiyyətini hiss etməyi öyrətmirik.

Həyata belə münasibət cəmiyyətimizi məhv edir. Məsələn, Banqladeşdə Pakistandan ayrılmanı ifadə edən Milli Bayramın keçirilməsini necə izah etmək olar?! Əvvəllər bir-birinə yağı kəsilmiş Avropa xalqlarının ortaq maraqlar naminə birləşdiyini gördükdə bu cür parçalanmanı (Banqladeşin Pakistandan ayrılmağını – mütərcim) alqışlamaq mümkünmü?! Braziliyanı da buna misal göstərmək olar. Müxtəlif dinlərə və millətlərə mənsub insanların yaşamağına baxmayaraq, Braziliya unitar dövlətdir. Lakin eyni mədəniyyəti, dil və tarixi bölüşən müsəlman və ərəb dövlətləri bir-birinə düşmən kəsilib. Bir-biri ilə çəkişən ərəb dövlətləri, eləcə də yoxsul müsəlman ölkələri öz vətəndaşlarına kömək etmirlər. Sayları artsa da, müsəlmanların statusu qlobal müstəvidə çox aşağıdır. Müsəlman dünyasının parçalanması, tənhalığı və tənəzzülündə müqəssir dindirmi? Bu zəiflik onların lehinədirmi?

Müsəlman düşüncəsi böhran keçirir. Çünki hər kəs özünü, ailəsini fikirləşir, ümmətin və cəmiyyətin mənafeyi heç kimi maraqlandırmır. Müsəlman mədəniyyəti səthiləşir, deformasiyaya uğrayır, qonşuluq hissləri və komanda ruhundan uzaqlaşır. Müsəlmanlar başlarını qumdan çıxarmalıdırlar.

Bu vəziyyəti bütün var-dövlətini cəmiyyət üçün fəda edən Həzrəti Əbubəkrin niyyəti ilə müqayisə edin. Bu vaxt Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* ondan soruşmuşdu: "Ailənə nə saxladın?" Demişdi: "Onlara Allahı və peyğəmbərini saxladım!" Həzrəti Əbubəkrin bu hərəkəti təkcə onun möhkəm

imanına dəlalət etmirdi, həm də onun Peyğəmbərə və cəmiyyətə olan əminliyini ifadə edirdi. Əbubəkr əmin idi ki, ehtiyac yarandıqda Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* və cəmiyyət onun ailəsinin qeydinə qalacaqdır. Əgər o hiss etsəydi ki, ailəsi məşəqqətə düşüb küçələrdə dilənəcək, var-dövlətinin müəyyən hissəsini verməklə kifayətlənərdi.

Müsəlman dünyasının bu cür acınacaqlı vəziyyətə düşməsinin səbəbi onun müxtəlif dillərdə danışan xalqların yaşadığı ölkələrə bölünməsi, diktator rejimlər tərəfindən idarə olunması deyildir. Hər şeyi müstəmləkəçiliyin də üstünə yıxmaq doğru olmazdı. İslam dinc birgəyaşayışa, ictimai həmrəyliyə səsləyir. Müsəlmanlar indiki dövrdə dünya əhalisinin dörddə birini əmələ gətirirlər. Müsəlmanların bir olmamağının səbəbkarı islam deyildir. Çünki islam birliyə, qardaşlığa, əməkdaşlıq və canıyananlığa çağırış edir. Mövcud vəziyyəti siyasi-iqtisadi amillərlə də əlaqələndirmək mümkün deyildir. İqtisadi-siyasi ətalət nəticədir, təzahürdür, səbəb deyildir. Onda nədir səbəb?

Fikrimizcə, cavab Quranda ayəsində mövcuddur. Allah buyurur:

> *"Bir xalq özünü dəyişməzsə, Allah da onu dəyişməz" (ər-Rə`d, 11).*

Bu vəziyyətə müsəlmanlar özləri səbəb olmuşlar.

Quran dünyagörüşünü başa düşsək, daxili aləmimizi dəyişdirsək, həyat tərzimizi də dəyişdirə bilərik. Bu isə ancaq düzgün tərbiyə ilə mümkündür. Tərbiyə işi bütün ömür boyu davam edən, beşikdən qəbirədək uzanan məsələdir. Düzgün tərbiyə işi ictimai məsələlərlə maraqlanmaq duyğusu, ümumi məsuliyyət şüuru və fədakarlıq hissi yaratmaq baxımından çox mühümdür. Valideynlər bu dəyərləri uşaqlarına kiçik yaşlarından aşılamalıdırlar. Bu məqsədlə şəxsiyyətin psixoloji, mənəvi və sosial aspektlərini formalaşdırmaq lazımdır. Erkən mərhələdə bunu etmək yeniyetməlik dövrü ilə müqayisədə çox asandır.

Fiqh kitabları tərbiyə işində əsas dini-mədəni ədəbiyyat

hesab olunduğundan müsəlman şəxsiyyətinin formalaşmasına güclü təsir göstərir. Bu kitabları təkmilləşdirmək, ictimai işlərlə, ətraf vəziyyətlə maraqlanmaq kimi mövzuları onlara əlavə etmək lazımdır. Bu bəndlər öz əksini aşağıdakı ayələrdə tapmışdır:

"Onlardan (mühacirlərdən) əvvəl (Mədinədə) yurd salmış və (Məhəmməd peyğəmbərə qəlbən) iman gətirirmiş kimsələr (ənsar) öz yanlarına (şəhərlərinə) mühacirət edənləri sevər, onlara verilən qənimətə görə ürəklərində həsəd (qəzəb) duymaz, özləri ehtiyac içində olsalar belə, onları özlərindən üstün tutarlar. (Allah tərəfindən) nəfsinin xəsisliyindən (tamahından) qorunub saxlanılan kimsələr – məhz onlar nicat tapıb səadətə (Cənnətə) qovuşanlardır!" (əl-Həşr, 9);

"Dini (haqq-hesab gününü) yalan hesab edəni gördünmü?
O elə adamdır ki, yetimi itələyib qovar;
Və (xalqı) yoxsulu yedirtməyə rəğbətləndirməz.
Vay halına o namaz qılanların ki,
Onlar öz namazlarından qafildirlər;
Onlar (namazlarında) riyakarlıq edər,
Və (xalqa) zəkat verməyi qadağan edərlər" (əl-Maun, 1-7).

Cəmiyyətdə başqaları ilə: yoxsullarla, yetimlərlə, qonşular və möhtaclarla maraqlanmasaq, arzuladığımız cəmiyyəti qura bilməyəcəyik. Fərdi ibadətlə cəmiyyətin rifahı arasında birbaşa və sıx əlaqə vardır. Dini ayinləri icra yetimlərə qayğı ilə, yoxsulları yedirməklə, qonşulara kömək etməklə əlaqələndirilməlidir. İbadətin həqiqi məqsədi iba-

dət edən şəxsi insanlara xidmətə hazırlamaqdır.
İslam dünyasında küçələrdə dilənənlərin çoxluğu həqiqi məsuliyyət şüurunun olmadığını göstərir.

Şəxsi məsuliyyət hissinin olmamağı

Peyğəmbər demişdir: "Kim müsəlmanların vəziyyəti ilə maraqlanmazsa, bizdən deyildir".

Bir çox insan özünə, başqaları və gələcəyə qarşı məsuliyyətsizdir. Zəhmət və dürüstlüyün əhəmiyyət kəsb etmədiyi cəmiyyətlərdə insanlar başqalarına ağız açırlar. Onlar bildirirlər ki, başqalarından kömək istəmək hüququna sahib-dirlər. Amma eyni vaxtda kiməsə köməklik göstərməyi ağıllarına gətirmirlər. Müasir müsəlman cəmiyyətində fərdi məsuliyyət anlayışı mövcud deyildir. Halbuki bu cür məsuliyyət kollektivçiliyin inkişafının birbaşa şərtidir.
Kollektivçilik və başqalarına qayğı anlayışlarını bir-biri ilə səhv salmaq olmaz. Kollektivçilikdə birincilik fərdlə müqayisədə kollektivə verilir. Qəbiləçilik və ya tayfabazlıq Müsəlman dünyasında kollektivçiliyin ibtidai forması olmuşdur. Qəbiləçilik indiki dövrdə dövlətə kölə münasibət ilə əvəzlənmişdir. Kollektivçilik ideoloji cəhətdən sürü zehniyyəti yaradır. Sürü zehniyyəti yaradıcı fərdi təfəkkürə əngəl yaradır. Fərdi yaradıcı təfəkkür isə inkişafın əsasıdır. İqtisadi cəhətdən kollektivçilik fərdlərin məhsuldarlığının artmasında istənilən stimula mane olur, onları istehsalçıya yox, istehlakçıya çevirir. Mənəvi-psixoloji baxımdan bu anlayış fərdlərin özlərini yer üzündə Allahın xəlifəsi kimi görmələrinə əngəl olur. Həmçinin kollektivçilik asılılıq zehniyyəti formalaşdırır, fərdin özünə inamını yox edir. Əxlaqi baxımdan ibtidai kollektivçilik insanların

bir-birindən asılı olduğu mədəniyyət yaradır. Siyasət sahəsində isə ictimai rəy naminə bir-biri ilə rəqabət aparan qrupların, hakimiyyəti mənimsəyən "güclü əllər"in meydana çıxmasına səbəb olur.

Quran insanları yer üzündə Allahın xəlifələri olaraq öz vəzifələrini icra etməyə, Allahın iradəsini tabe olmağa çağırır, onları özlərinə və cəmiyyətə xeyir verməyə ruhlandırır. Özümüzə arzuladığımızı başqalarına da arzulayırıqsa, başqalarının azad, dərrakəli və məsuliyyətli olmağını məqsəd güdməliyik. Təəssüf ki, bu baş verməyib. Bir çox müsəlman ölkəsində uşaqlar neqativlik üzrə tərbiyə olunurlar; onlar tənqidi düşüncəyə sahib deyillər. Onlar dövrlə səsləşməyən fiqh mövzularını öyrənirlər. Məsələn, tələbələrə zəkatı dəvələrə əsasən, fitrə sədəqəsini isə arpa və xurma ilə hesablamağı öyrədirlər. Hələ də fiqh kitablarında qullarla davranış, onları alıb-satmağın düzgün qaydaları fəsilləri mövcuddur. Müsəlman gənclərə bu kimi lazımsız, köhnəlmiş mövzuları öyrətdiyimiz bir vaxtda uşaqlara mənəvi saflaşma, başqalarına qarşı xeyirxah davranıb ehtiyacları ilə maraqlanmaq şüuru aşılamaq fürsətini əldən çıxarırıq. Həmrəylik və xeyirxahlıq şüurundakı bu çatışmazlıq ümmətin gələcək nəsilləri üçün böyük eyibdir.

Uşaqlara zəkat qaydalarını öyrədərkən əsas diqqəti dəvə, xurma və arpanın hesablanmasına deyil, ictimai həmrəylik, comərdlik, fədakarlıq, yoxsullar və möhtacları düşünmək şüurunun formalaşdırılmasına verməliyik. Gənclərin könlünə rəhmdillik və xeyirxahlıq duyğularını aşılamaq zəkatın maddi faydasından daha mühümdür. Bununla da, onlar məhrum insanların əziyyət və məşəqqətini başa düşəcəklər. Zəkat və digər xeyriyyə əməlləri vasitəsilə qardaşlıq duyğusu və xərcləmə (vermə) şüuru aşılamaq bu həssas mərhələdə uşaqlarımıza verə biləcəyimiz ən böyük töhfədir. Bunlar qala-qala əsas diqqəti yorucu riyazi hesablamalara vermək doğru deyildir.

Təhrif olunmuş mədəniyyət: gerilik və xurafat

Dövrümüzdə bir çox müsəlman irəliyə deyil, geriyə baxır, düşüncə tərzi günün reallığı ilə səsləşmir. Onların mövqeyi əks-reaksiyalardan ibarət olub təşəbbüs müstəvisinə çıxmır. Onlar problemin yaranmasını gözləyir, bundan sonra onu həll etməyə cəhd göstərir, çox az hallarda buna müvəffəq olurlar. Halbuki gələcəyi əvvəlcədən planlamaq, problemin yaranmasına əngəl olmaq üçün qabaqlayıcı düşünmə tərzini mənimsəmək lazımdır. Onlar qabağa – yola deyil, arxanı göstərən güzgüyə baxan sürücünü xatırladırlar.

Müsəlman cəmiyyətinin inkişafına əngəl olan başqa bir problem xurafat, sehrbazlıq və cindarlıqdır. Halbuki İslam sivilizasiyası bilik və elm əsasında meydana çıxmışdı. Bütün peyğəmbərlərin möcüzələrinə iman gətirsələr də, müsəlman alimləri Həzrəti Məhəmmədin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* möcüzəsinin Quran olduğunu bildirmişlər. Quran idraka müraciət edir, məntiq və ağıla əsaslanır, öyrənməyə, mühakiməyə, kəşf etməyə çağırır. Bunlar Quranda tez-tez təkrarlanan mövzulardır. Valideynlər uşaqlarını bu mövzular əsasında tərbiyə etməlidirlər. Belə uşaqlar, bir tərəfdən, səbəb-nəticə əlaqəsinin nə olduğunu öyrənəcək, digər tərəfdən, Allah və axirət inancını mühafizə etməklə böyüyəcəklər. Heç bir mədəniyyət cadugərlik və xurafat əsasında qurula bilməz.

Ailə problemlərini təbabət və psixologiyanın köməyi ilə həll etmək əvəzinə, ruhların, cinlərin, ulduzlar və sehrin "güc"ünə, “sığınan” insanlar haqqında çox eşitmişik. Bu təcrübə islama yad olub, uşaq təfəkkürünə zərbə vurur.

Valideynlərin vəzifəsi uşaqlara Quranda göstərilmiş elmi-rasional münasibət formasını öyrətməkdir. Quranın bir çox ayəsində deyilir ki, insan həyatını və fiziki dünyanı ilahi qanunauyğunluqlar, yəni təbiət qanunları tənzimləyir. Peyğəmbərə *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* ayələr vasitəsilə bu qanunlar haqqında məlumat verilmişdi:

"De: "Mən Allahın istədiyindən başqa özümə nə bir xeyir, nə də bir zərər verə bilərəm. Əgər qeybi bilsəydim, sözsüz ki, daha çox xeyir tədarük edərdim və mənə pislik də toxunmazdı. Mən iman gətirən bir tayfanı ancaq qorxudan və müjdələyənəm" (əl-Əraf, 188);

"De: "Mən də sizin kimi ancaq bir insanam. Mənə vəhy olunur ki, sizin tanrınız yalnız bir olan Allahdır. Kim rəbbi ilə qarşılaşacağına ümid bəsləyirsə, yaxşı iş görsün və rəbbinə etdiyi ibadətə heç kəsi şərik qoşmasın!" (əl-Kəhf, 110).

Elmi və rasional düşüncə tərzi dünyanın tanıdığı ən əzəmətli mədəniyyətin yaranmasına səbəb olmuşdu. İslam mədəniyyətinin qızıl əsrlərində müsəlmanlar Avropanı yüzilliklər boyu qərq olduğu qaranlıqdan çıxarmış, İntibah və Maarifçilik mərhələsinə daşımışlar (əl-Həssani, 2011).

İlk növbədə valideynlərin, daha sonra müəllimlərin vəzifəsi zəkalı, bacarıqlı, nəcib keyfiyyətlərə sahib, ilahi qanunauyğunluqları (təbiət qanunlarını), humanitar və sosial elmləri dərk edən uşaqlar yetişdirməkdir.

Fransız filosofu Roje Qarodi Qərb mədəniyyətini aşağıdakı kimi təsvir etmişdi:

"Müasir Qərb mədəniyyəti özünün estetik və hüquq sisteminə görə Roma-yunan mədəniyyətinə, mənəvi normalara görə xristianlığa, elmi təfəkkürünə görə isə İspaniyadakı müsəlmanlara borcludur" ("əl-Hivar" jurnalı, 2002).

Zəiflik və qorxu

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

“Vaxt gələcək ac insanların yemək qabına daraşdığı kimi digər millətlər də sizə daraşacaqlar.” (Səhabələr) soruşdular: “Həmin vaxt biz az olacağıqmı?” Peyğəmbər dedi: “Əksinə, çox olacaqsınız, amma çoxluğunuz selin gətirdiyi köpüyü xatırladacaqdır. Allah düşmənlərinizi qorxudan zəhmdən sizi məhrum edəcək, qəlbinizə “vəhn” salacaqdır.” (Səhabələr) soruşdular: “Vəhn” nədir, ey Allahın rəsulu?” Peyğəmbər buyurdu: “Dünya sevgisi və ölümə nifrət” (Əbu Davud).

Balanslaşdırılmış üsul

Valideynlər öz dini inanclarını tez-tez nəzərdən keçirməlidir. Ata və ana dini təlim və dəyərləri düzgün başa düşərsə, bunun onların uşaqlarının tərbiyəsinə müsbət təsiri olacaqdır. Bununla da, uşaqlar qorxu, qapalılıq, kütlük və məcburiyyət əsasında tərbiyə olunmayacaqlar.

Erkən dövr alimləri, fəqih və ilahiyyatçıları ayinlərə və ibadətə xüsusi əhəmiyyət vermişlər. Quranda, həm də zikr haqqında danışılır. Zikr Allahı xatırlamaqdır. Bütün bu məsələlər uşaq tərbiyəsində mühümdür. Valideynlər islam dünyagörüşünü dərk edib uşaqlarına öyrətməlidirlər. Uşaqlara izah olunmalıdır ki, vəzifəmiz doğru dəyərlər və Allahın bəşəriyyətə göndərdiyi qayda-qanunlarla yaşamaq, ibadət etməkdir. Bu onlara həyatın mənasını dərk etməyə, həmişə həqiqətə can atmağa kömək edəcəkdir.

Valideynlərin davranışları uşaqlar üçün nümunədir. Bunun üçün həmişə Allahı xatırlamalı, Ona ibadət etməliyik. Çünki bu bizə vəzifəmizi xatırladır, həyatımızı yaxşılaşdırır, Allahı razı salır. Yer üzündə ədaləti qoruyub saxlamaq, ətraf mühitin qayğısına qalmaq, bilik qazanmaq, məzlumun dadına çatmaq üçün

bizdən əlimizdən gələni etmək tələb olunur. Valideynlərini ibadət edən gördükdə uşaqlar ibadət məfhumunu və ondakı məqsədi düzgün başa düşəcəklər. Həmçinin uşaqlara izah etmək lazımdır ki, həyat bir imtahandır, bu imtahandan yaxşı çıxmaq üçün şəxsi və ictimai həyatda insan yaxşı olana can atmalıdır. Belə bir izah uşaqlarda ibadət haqqında sağlam təsəvvür formalaşdıracaqdır.

Aşağıdakı ayələr uşaqlarda sağlam dünyagörüşü formalaşdıracaqdır:

"De: "Mənim namazım da, ibadətim də, həyatım və ölümüm də aləmlərin rəbbi Allah üçündür!
Onun heç bir şəriki yoxdur. Mənə belə buyurulmuşdur və mən ilk müsəlmanam!" (əl-Ənam, 162-163);

"Həqiqətən, namaz (insanı) çirkin və pis əməllərdən çəkindirər. Allahı zikr etmək, şübhəsiz ki, (savab etibarilə bütün başqa ibadətlərdən) daha böyükdür. Allah nə etdiklərinizi bilir!" (əl-Ənkəbut, 45);

"Onlar öz iştahaları çəkdiyi halda yeməyi yoxsula, yetimə və əsirə yedirərlər.
(Və sonra deyərlər:) "Biz sizi ancaq Allah rizasından ötrü yedirdirik. Biz sizdən nə bir mükafat, nə də bir təşəkkür istəyirik." (əl-İnsan, 8-9);

"Allah aranızdan iman gətirib yaxşı işlər görənlərə – yalnız Mənə ibadət edərlər, heç nəyi Mənə şərik qoşmazlar deyə – onları özlərindən əvvəlkilər kimi yer üzünün varisləri edəcəyini, onlar (möminlər) üçün onların Allahın Özü bəyəndiyi dinini möhkəmləndirəcəyini və onların qorxusunu sonra əmin-amanlıqla əvəz edəcəyini vəd buyurmuşdur. Bundan sonra küfr edənlər, şübhəsiz ki, əsl fasiqlərdir!" (ən-Nur, 55).

Uşaqlara Quranı sevməyi öyrədin

Uşaqlara Allah sevgisi aşılamaq üçün valideynlər onlara izah etməlidirlər ki, Quran dini mərasimlərdə oxunduqdan sonra il boyu rəflərdə saxlanılan kitab deyildir. Quranı öyrədərkən əsas diqqət sadəcə məlumatların iqtibas gətirilməsinə, yoxsa uşaqların mənəvi-hissi və psixoloji inkişafına verilməlidir?

Bilik qazanmaq və məlumat almaq ömür boyu davam edən prosesdir. Mənəvi-psixoloji inkişaf isə erkən uşaqlıq dövründə baş verməlidir.

İndiki dövrdə valideynlər uşaqlarını cəhənnəmlə (bizdə xortdanla – ***mütərcim***) qorxudur, ilahi sevgi, mərhəmət və şəfqət, cənnətin gözəlliyi haqqında az danışırlar. Onlar uşaqlarına xəbərdarlıq edirlər ki, Allaha, valideynlərinə asi olsalar, günah işləsələr, cəhənnəmdə yanacaqlar. Bunun yerinə, uşaqlara demək lazımdır ki, əməlisaleh olub, Allaha və valideynlərinə itaət edəcəyi, başqalarına kömək edib yaxşı işlər görəcəyi təqdirdə cənnəti qazanacaqlar. Uşaqlarımızı həmişə cəzalarla qorxudur, onlarla əsl müqəssir kimi davranırıq. Onlara aşılamırıq ki, yaxşı davranışlarına görə Allah onları sevib cənnətlə mükafatlandıra bilər. Belə mühitlərdə böyüyüb boya-başa çatan uşaqlara qorxu və tələş hakim kəsilir və onlar neqativliyə meyl edir, özünəinam hissi olmadan böyüyür, inanc baxımından ümidsiz və həvəssiz olurlar.

Müəllimlər uşaqlara Quranı adətən sonuncu – otuzuncu cüzdən (hissə) başlayaraq öyrədirlər. Bu cüzdə Məkkədə, vəhyin endiyi ilk illərdə nazil olmuş qısa surələr toplanmışdır. Bu surələrdəki ayələrin bir çoxu Qüreyş tayfasının cahil, lovğa və zalım insanlarına, azğın liderlərinə (Əbu Cəhl, Əbu Ləhəb) ünvanlanmışdır. Həmçinin bu surələrdə Peyğəmbəri *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* və bəzi müsəlmanları öldürmək üçün tədbir tökən, müsəlmanlara işgəncə edən, onların kökünü kəsmək istəyən şəxslərdən danışılır. Bu surələrin məqsədi həmin azğın şəxsləri haqq yola qaytarmaqdır. Ayələrin üslubu kəskindir:

"Əbu Ləhəbin əlləri qurusun, qurudu da!" (əl-Məsəd, 1);

"Qeybət edib tənə vuran hər kəsin vay halına!" (əl-Huməzə, 1);

"(Dəhşəti aləmi) bürüyəcək qiyamətin xəbəri sənə gəlib çatdımı?
(O gün) bir çox üzlər zəlil görkəm alacaq;
Zəhmət çəkib yorulacaq;
Yanar oda girəcəkdir;
Və onlara qaynar bulaqdan (su) içirdiləcəkdir.
Onların yeməyi zəhərli tikandan başqa bir şey olmayacaqdır" (əl-Ğaşiyə, 1-6);

"Vay halına çəkidə və ölçüdə aldadanların!" (əl-Mutəffifin, 1);

"Yer özünə məxsus bir şiddətlə lərzəyə gəlib titrəyəcəyi zaman" (əz-Zilzal, 1).

Belə sərt müraciət üslubu ilə günahsız uşaqlara səslənmək olmaz. Təəssüf ki, hal-hazırda uşaqlara məhz bu surələr tədris olunur. Səbəb nə imiş? Nədir-nədir, bu surələr qısadır, əzbərləmək üçün asandır.
Uşaqlara cəhənnəm və əzabın formalarını deyil, Allah sevgisini, valideyn şəfqəti və cənnətin gözəlliyini öyrətməliyik. Uşaqlara kiçik yaşlarında sevgi, comərdlik, əmin-amanlıq və şəfqət aşılamaq onların psixikasına müsbət təsir göstərir. Yaxşı olardı ki, uşaqlara, ilk növbədə, Allahın sevən, mərhəmətli, xeyirxah, bağışlayan və səxavətli olmağı haqqında danışaq. **Uşaqlara tez-tez demək lazımdır ki yaxşıdırlar və Allah onlar sevir. Bundan sonra onlara Allahı necə sevəcəklərini öyrətmək olar**. Düsturumuz belə olmalıdır: "Allah bizi sevir, deməli, biz də Onu sevməliyik!"
Bunu dərk etdikdən sonra uşaqlara diqqətli şəkildə izah etmək olar ki, cəhənnəm pis əməllərə görə verilən cəzadır. Uşaqlar dərs çıxarmağı bacardıqda onlara böyük günahlara görə edilən xəbərdarlıqdan bəhs edən surələr haqqında danışmaq olar. Bu, vaxtından əvvəl edilərsə, onlar qorxa bilərlər. Qeyd edək ki, onlar son uşaqlıq və yeniyetməlik dövründə nəticə çıxarmağı

öyrənirlər, mücərrəd anlayışları başa düşürlər.

Surə və ayələri seçərkən uşaq təfəkkürü və psixikasının inkişaf mərhələləri nəzərə alınmalıdır. Səhabələrin əksəriyyəti yeniyetməlik yaşına çatdıqlarında Quranı dərk edirdilər. Quranın onlara təsiri böyük idi. Əvvəllər sahib olduqları nəcib keyfiyyətlər: cəsurluq, güc-qüvvət, ali əxlaq qaydaları Quranla möhkəmlənmişdi. Quranşünaslar, tərbiyəçi və sosioloqlar hər yaş mərhələsinə uyğun ayələr vasitəsilə uşaqların tərbiyə edilməsi yollarını işləyib hazırlamalıdırlar. Əlbəttə, yaşadığımız müddət ərzində Quranın bütün ayələrini öyrənməliyik. Amma qısa və asanlıqla əzbərlənən 37 surədən ibarət olduğu üçün sonuncu cüzdən başlamaq doğru deyildir. Asanlıqla əzbərlənmə əsas şərt olaraq seçilməməlidir.

Ərəb olmayan valideynlər ayələrin mənasını uşaqlarına öz dillərində izah etməlidirlər. Təəssüf ki, indiki dövrdə əsas diqqət mənasını bilmədən ayələrin ərəb dilində əzbərlədilməsinə verilir.

Tövsiyə olunur ki, valideynlər Quranın yaxşı tərcüməsini əldə etsinlər, qiraət (oxu) ilə yanaşı, izah (təfsir) dərsləri də versinlər. Məqsəd uşaqlara Quranın dünyaya verdiyi mesajı başa salmaqdır. Əgər valideynlər bunu edə bilmirlərsə, onda ya müəllim tutsunlar, ya da xüsusi tədris proqramının köməyindən istifadə etsinlər. Uşaqlar evdə vaxtaşırı olaraq Qurana qulaq asmalıdırlar. Onların hər gün Quran oxumaları çox mühümdür. Ərəb dilini ikinci dil olaraq öyrənmək imkan verəcəkdir ki, uşaqlar Quranı orijinaldan oxusunlar, onunla iç-içə olsunlar. Uşaqlar üçün peyğəmbərlərin həyatından bəhs edən Quran qissələri (əhvalatları) kitabları geniş yayılmışdır. Valideynlərə həmin qissələrdən çıxarılan nəticələri də özündə ehtiva edən bu kitabları almaq tövsiyə olunur. Bu cür kitablar həm Quranı daha anlaqlı edir, həm də uşaqlarda onu oxumaq həvəsi yaradır.

Uşaqlara namazı öyrədin

Hər an qayğımıza qalan Allah haqqında təsəvvürləri möhkəmləndirən çoxlu dualar vardır. Onları əzbərləmək asandır. Bu dualar uşaqlara Allaha şükür etməyi, Ondan kömək diləməyi öyrədir. Bu duaları tez-tez oxumaq Allahı ikinci plana atmaq düşüncəsini insandan uzaqlaşdırır.

Ata və ana yeməkdən əvvəl və sonra uca səslə dua oxumalı, uşaqlarından onu təkrar etməyi istəməlidirlər. Onlar evə girib-çıxarkən, yatmağa gedərkən, yuxudan oyandıqda dua etməlidirlər. Təbii ki, nə üçün dua etdiyimizi uşaqlarımıza izah etməliyik. Bu onlara minnətdarlıq hissi aşılayacaqdır. Uşaqların yanında davamlı şəkildə "bismillah" demək onlarda hər işin əvvəlində bu sözü təkrarlamaq vərdişi yaradacaqdır. Bəlkə də, bu, başlanğıcda usandırıcı görünəcəkdir, lakin geri çəkilmək olmaz. Əvvəl-axır, onlarda zikr praktikası yaranacaq, Allahla əlaqə gündəlik həyatlarının ayrılmaz hissəsinə çevriləcəkdir. Uşaqlar hər yerdə Allahın mərhəmətini görməyə başlayacaqlar.

Namazı uşaqlara həyatın mühüm və təbii elementi olaraq öyrətmək lazımdır. Valideynlər uşaqlar üçün yaxşı nümunədirlər. Uşaqların yanında azan verin, namaz vaxtla-

rına ciddi yanaşın, televizoru söndürün. Çox vaxt namazı tez-tələsik qılırıq. Bu, uşaqların diqqətindən yayınmır və onlar da eyni şeyi etməyə başlayırlar. Həmçinin namazdan əvvəl və sonra dua etmək lazımdır ki, uşaqlar bunu öyrənsinlər.

Uşaqlara tövbə etməyi öyrədin

Uşaqlar bilməlidirlər ki, hər bir əməlin nəticəsi vardır; pis davranış eyibdir və Allaha gizli deyildir; günah işlədikdə Allahdan bağışlanma diləmək, tövbə etmək lazımdır. "Təəssüf edirəm" – demək, daha sonra heç nə olmayıbmış kimi davranmaq kifayət etmir. Başa düşməliyik ki, pis hərəkətə görə, ilk növbədə, Allah qarşısında peşman olmaq lazımdır. Belə hərəkət etsək, Allahın bizə nəzarət etdiyini daha çox nəzərə alacağıq. Bu, valideynlərə imkan verir ki, övladlarına Allahın onları sevib onlara rəhm etdiyini öyrətsinlər. Bununla da, uşaqların Allahla əlaqəsi möh-kəmlənəcəkdir.

Valideynlər tərbiyə verdikləri üçün uşaqlarından minnətdarlıq gözləməməlidirlər; əksinə, mümkündür ki, qəzəbli münasibət və etirazın müxtəlif formaları ilə qarşılaşsınlar. Buna baxmayaraq, təkidlə təkrarlamaq, vəziyyəti qəti səslə izah etmək lazımdır. Bununla yanaşı, pis işlərdən əl çəkdiklərində uşaqlarla mehriban davranmaq lazımdır. Beləliklə, uşaqlarda tövbə şüuru inkişaf edəcəkdir. Onlar böyüdükdə biləcəklər ki, başqalarına əziyyət edib hüquqlarını tapdaladıqda Allahdan bağışlanma diləyib tövbə etmək lazımdır.

Uşaqlara islam tarixini öyrədin

Uşaqlara mütaliə vərdişi aşılamaq üçün valideynlərə evdə kiçik kitabxana yaratmaq tövsiyə olunur. Belə kitabxana uşaqlara Həzrəti Məhəmmədin, qızlarının, nəvələri və səhabələrinin həyatı haqqında oxumaq və öyrənmək imkanı verəcəkdir.

Belə hekayələr uşaqları peyğəmbərlər dünyasına yaxınlaşdırır, onlarla mənəvi əla-

qəni gücləndirir, onları nümunə götürmələrinə səbəb olur. Bu cür hekayə kitabları illüstrasiyalı olmalıdır. Hekayələrin uşaqların yaşına uyğun seçilməsi çox mühümdür. Həmçinin uşaqları maraqlandıran motivlər seçilməlidir.

Valideynlər uşaqlarına böyük tarixi şəxsiyyətlərin də həyatından bəhs edən hekayələr oxumalıdırlar.

Uşaqlarınıza islam mədəniyyətinin nailiyyətləri haqqında danışın, onları islam incəsənəti, tarixi və memarlığı ilə tanış olmaq üçün muzeylərə aparın. Muzey uşaqların tarixdən ilham almaları üçün münasib yerdir. Muzeylərdə uşaqlar üçün ayrılan yerlər tərbiyə baxımından əhəmiyyətlidir. Bu mövzuya dair internet-resurslar çoxdur. Məsələn, "1001inventions.com" saytında son minillikdə müsəlmanların elmi-mədəni və texnoloji nailiyyətlərindən danışılır. Həmçinin valideynlərə tövsiyə olunur ki, "1001 inventions: Muslim Heritage in Our World" kitabından istifadə etsinlər. Kitabın dili asandır, məlumatlar xoşagələndir. Kitabı vərəqləyən oxucu müsəlmanların elm və texnologiya dünyasına səyahət edəcək, Orta əsrlərdə yaşayıb-yaratmış nəhənglərin həyatı ilə tanış olacaqdır. Yaşadığımız dünyanın gözəllikləri və möcüzələri haqqında saytlar, kitablar, video kasetlər, disklər də tərbiyə işində əla mənbələrdir. Həmçinin uşaqlar Allahın yaratdığı canlıların möcüzəvi aləmindən bəhs edən keyfiyyətli sənədli filmlərə baxmalıdırlar.

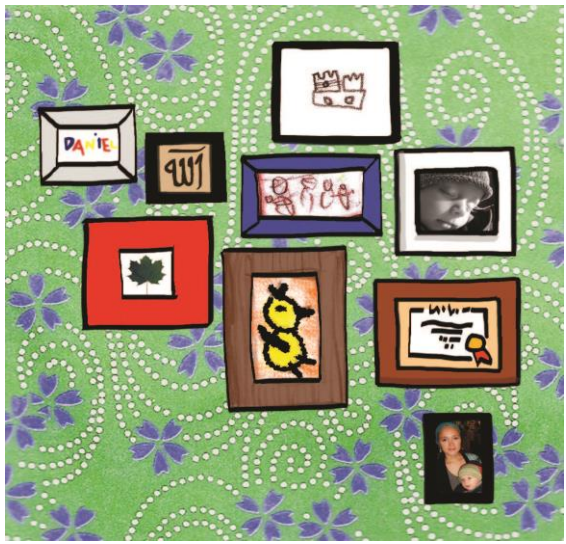
Böyüdükcə uşaqların təsəvvürlərinə dünyəvi dünyagörüşünün təsiri artır. Odur ki siz bir çox mövzuya, o cümlədən elmdə təsdiqini tapmayan Təkamül nəzəriyyəsinə dair suallara cavab tapmağa hazır olmalısınız. Uşaqlar dünyanı dərk etdikcə hər şeyi öyrənmək istəyirlər. İnanc və etiqad prinsiplərinin uşaqların könlünə öz-özünə aşılanacağını düşünürsünüzsə, yanılırsınız. Uşaqlar Allah və onun yaratdıqları haqqında dərin biliklərə sahib olduqda dünyəvi nöqteyi-nəzərin sofistik iddiaları və cəfəng fikirlərinə sağlam münasibət bildirmək mümkün olacaqdır. Dünyagörüşünü təhrif cəhdləri ilə mübarizədə uşaqların möhkəm bünövrəyə ehtiyacı vardır.

Uşaqlara ədəb-ərkan öyrədin

İslamın davranış konsepsiyası ədəb-ərkan anlayışına əsaslanır. Biz uşaqlara "sağ ol; zəhmət olmazsa; Allaha şükür; Allah qoysa; salaməleyküm (çox vaxt bu xoş salamlaşma forması bivec "salam; xoş gördük" sözləri ilə əvəzlənir)" deməyi öyrətməliyik. Uşaqları yemək-içmək, geyim, ictimai davranış qaydaları əsasında tərbiyə etmək lazımdır. Evdə elə mühit yaratmaq lazımdır ki, uşaqlar bu vərdişlərə yiyələnsinlər. Uşaqları korlamayın. Bəzən uşaqlarınıza adi yeməklər bişirin ki, ləzzətli yeməyin qədrini bilsinlər. Tez-tez tərifləmə uşaqlarda lovğalıq yaradır. İstədikləri hər oyuncağı almayın. Əgər o, bir şeyi, doğrudan da, çox xoşlayırsa, bəzi vaxtlarda bildirin ki, buna layiq olmaq, yaxud onu bu və ya digər iş görməklə "qazanmaq" lazımdır. Onu da deyin ki, Allah ona bundan daha yaxşısını verəcəkdir. İstədiyi şey əlçatmazdırsa, uşağınıza alternativlər təklif edin. Ona istədiyi şey üçün gözləməyi öyrədin. İzah edin ki, dəyərlər və nizam-intizam ona dünya və axirətdə fayda gətirəcəkdir.

Uşaqlara öyrədin:

Allah səni sevir, rahatlığın üçün səni və dünyanı yaratmışdır. Belə olduqda uşaqlar bu sevən və xeyirxah varlıqla əlaqə yaratmaq, Onun haqqında daha çox şey bilmək istəyəcəklər.



Uşaqlarınıza ilk olaraq nə deməlisiniz: onlar Allahı sevirlər, yoxsa Allah onları sevir?

Uşaqlara "Mən Allahı sevirəm. O məni, yeri, göyü, Günəş və Ayı yaratmışdır" – deməyi öyrətdikdə onlara hansı mesajı veririk? Əvvəla, uşaqlar Allah haqqında təsəvvür əldə etmirlər. Çünki bu, mücərrəd ideyadır və uşaqlara onu dərk etmək çətindir. Dərk etmədikləri bir şeyi sevmək və ya sevməmək onlar üçün əhəmiyyət kəsb etmir. Bununla yanaşı, özlərinin mövcudluğu və ətraf aləm uşaqların nəzərində adi olub möcüzəvi deyildir.

Amma uşağa öyrədilsə ki, Allah onu sevir, dünyanı onun rahatlığı üçün yaratmışdır, o da öz növbəsində onu sevən və onun xoşbəxtliyini düşünən bu varlığı axtarıb arayacaqdır. Həmçinin, o bu sevən, xeyirxah varlıqla əlaqə yaratmaq, Onun haqqında daha çox şey bilmək istəyəcəkdir.

İbadət, həyat və Allahın iradəsinə könüllü şəkildə tabe olmaq arasında sıx əlaqə vardır. Allahın razı salmaq davranışlarımızda əsas məqsəd olmalıdır. Allahı razı salmaq üçün Onun buyruqlarına əməl etməli, həm özümüzün, həm də ətrafımızdakı insanların həyatını yaxşılaşdırmalıyıq.

Zəhmətkeş, xeyirxah, dürüst, başqalarının işinə yarayan olmaqla, Allaha yaxınlaşmaqla şəxsiyyətimizi kamilləşdirə bilərik. Başqalarına kömək etsək, hər kəsin yaşamaq və mülkiyyət hüququna hörmət göstərsək, ədalət, mərhəmət, azadlıq dəyərlərini təbliğ etsək, zülmə yox deyib ədalətsizliyə cəbhə açsaq, özümüzə də kömək etmiş olacağıq. Bu mübarizə Allahı və Onun atributlarını xatırlamağı tələb edir. Ayinlərə əməl etmək Allahla əlaqəmizi möhkəmləndirir, Ona olan sevgini artırır. Belə olan təqdirdə Allah bizə yaxşı işlər görməkdə güc verəcəkdir.

Özünüdərk: ərəb təhsilinin problemləri

Təhsil almağa, aktiv tədqiqatlara (ictihad) çağırış bugünkü qədər heç vaxt aktual olmamışdır. BMT-nin bəşəriyyətin inkişafına dair 2009-cu il hesabatı Ərəb dünyasında elmin və tədqiqat praktikasının son dərəcə ağır vəziyyətdə olduğunu göstərir. Hesabata görə, bu gün ərəblər, hətta mədəni adət-ənənələrini qoruyub saxlamaq baxımından digər xalqlardan geri qalırlar.

BMT-nin 1991-ci ildə apardığı araşdırma nəticəsində məlum olmuşdur ki, ərəb ölkələri nəşrlərin sayına görə dünyada ən aşağı yerlərdən birini tutur. Siyahının başında Avropa gəlirdi. Avropada nəşrlərinin sayı bütün ərəb ölkələrində nəşr edilən kitablardan beş dəfə çox idi.

Hesabat ərəb ölkələri və dünyanın digər ölkələri arasındakı fərqin getdikcə artdığını göstərirdi. Ərəb ölkələrində diktatura və avtoritar rejimlər azadlıqlara, yaradıcılıq və dialoq mühitinə məhdudiyyət qoymuşdu. "Azadlıqlar saxta təhlükəsizlik problemləri və bunun doğurduğu nəzarətin girovuna çevrilib. Çünki rejimlər özlərini ictimai əxlaqın nəzarətçisi hesab edirlər – bu, azadlığın inkarıdır. Bu inkarın ilk qurbanı yaradıcılıq, təşəbbüs, ixtiralar və bilikdir" (The Economist, 2003).

Valideynlər uşaqları tərbiyə işində məsuliyyəti məktəblərə və dövlət qurumlarına yükləməməlidirlər. Onlar uşaqlar üçün nümunə, ilk müəllim olmalıdırlar. Onlar dövrün problemlərinə müqavimət göstərməli, cəmiyyəti dəyişdirən əsas qüvvə olmalıdırlar. Valideynlər effektli islahatların "fitil"idirlər. Bu islahatları hərəkətə keçirənlər isə islahatçılar və müəllimlərdir. Onlar valideynlərə tələb olunan dəyişikliyi həyata keçirmək üçün nəyi necə etməli olduqlarını öyrədirlər. Məhz savadlanmış valideynlər uşaqlara davamlı şəkildə təsir edir, gələcək nəsillərin xarakterini dəyişdirməyi bacarırlar.

Tapşırıqlar

XXI tapşırıq. İslam ölkələrinin geridə qalması, Yaponiya və Almaniyanın inkişaf etməsi
Ailə cütlüklərinin görüşündə aşağıdakı sualları müzakirə edin:

Nə üçün bir çox müsəlman ölkəsi inkişafdan qaldığı halda, İkinci dünya müharibəsi zamanı darmadağın edilmiş Almaniya və Yaponiya dünyanın aparıcı dövlətlərinə çevrilib?

Nə üçün bəzi müsəlman ölkələrində hələ də zibili çaylara atırlar, təhsil sistemi bərbaddır, xammalı ucuz qiymətə satır və həmin xammaldan düzəldilmiş malları baha qiymətə geri alırlar?

Quranda "oxu!" əmrinə baxmayaraq, nə üçün müsəlman ölkələri savadsızlıq baxımından dünyada ən aşağı yerlərdən birini tutur?

XXII tapşırıq. **Erkən mərhələdə uşaqlarla Allah arasında əlaqə yaratmaq**
Beş vaxt namaz bizə proqramlı şəkildə Allahı xatırlatsa da, Onunla əlaqə yaratmaq üçün edilməsi lazım gələn başqa işlər də vardır.

Uşaqlara həmişə Allahı xatırlamağı (***zikr***) öyrədin. Təsirli vasitələrdən biri onlara həmişə Allaha müraciət etmək təcrübəsi aşılamaqdır. Peyğəmbər də *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* bu cür etmişdir. O, gün boyu müxtəlif dualarla Allahı xatırlayırdı. Həmin duaları uşaqlara əzbərlədin. Bu dualar çox vaxt aparmır, insanın zehni vəziyyətini yaxşılaşdırır, işlərimizə

(xüsusən yeməyə başladıqda və bitirdikdə) düzgün istiqamət verir. Yaxşı olardı ki, valideynlər hər həftə bir və ya iki dua seçsinlər. Onları öyrəndikdən sonra başqa dualara keçmək olar. Uşaqlara bu duaların mənasını izah edin.

Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* etdiyi bəzi dualar:

Yuxudan oyandıqda: "Öldürdükdən sonra bizi dirildən Allaha şükür olsun! Qayıdış Onadır!"

Səhəri açdıqda: "Səhərə çıxdıq, hər şey Allahın olaraq səhərə çıxdı, Allaha şükür!"

Güzgüyə baxdıqda: "Məni yaradan və mənə biçim verən Allaha şükür olsun! Məni gözəl yaratdığın kimi əxlaqımı da gözəlləşdir!"

Geyindikdə: "Ayıb yerlərimi örtdüyüm, həyatda gözəl göründüyüm şeyi mənə geydirən Allaha şükür olsun!"

Məscidə girdikdə: "Allahım, mərhəmətinin qapılarını üzümə aç!"

Məsciddən çıxdıqda: "Allahım, sənin lütfünü diləyirəm".

Yeməkdən sonra: "Bizi yedirib içirən, bizə hami durub sığınacaq verən, bizi müsəlmanlardan edən Allaha şükür olsun! Neçə-neçə insan vardır ki, himayə və sığınacaqdan məhrumdurlar".

İçdikdən sonra: "Lütfü ilə suyu şirin edən, günahlarımıza görə acı və şor etməyən Allaha şükür olsun!"

Ayaqyoluna girdikdə: "Allahın adı ilə! Allahım, dişi və erkək şeytandan sənə sığınıram".

Ayaqyolundan çıxdıqda: “Allahım, məni bağışla” və ya: “Məndən əziyyəti dəf edib məni yaxşı edən Allaha şükür olsun!”

Evdən çıxdıqda: “Allahın adı ilə! Allaha təvəkkül etdim. Allahdan başqa güc və qüvvət sahibi yoxdur!” və ya: “Allahım, yolumu azmaqdan, zillətə düşməkdən, zülm etməkdən, zülmə məruz qalmaqdan, nadanlıq etməkdən və nadanlığa tuş gəlməkdən Sənə sığınıram”.

Evə girdikdə: “Allahım, səndən yaxşı qayıdış və yaxşı gediş diləyirəm. Allahın adı ilə qayıtdıq, Allahın adı ilə çıxmışdıq. Allaha – rəbbimizə təvəkkül etdik”.

XXIII tapşırıq. Nemətlərinə görə Allaha şükür etməyi öyrənmək

Uşaqlarınıza deyin ki, Allaha neçə şükür edə biləcəklərini yazsınlar. Yazdıqlarını onlarla birlikdə müzakirə edin.

XXIV tapşırıq. Nəticə çıxaraq

Qoy uşağınız aşağıdakı hekayəni uca səslə oxusun. Onu şəxsi təcrübəniz əsasında müzakirə edin.

> “Gənc biznesmen tanıyırdım. Milyonlarla dollarlıq sərmayəsi vardı. Bir dəfə ciddi maliyyə problemləri ilə üzləşdi. Borcu o qədər çoxaldı ki, axırda ödəyə bilmədi. Ondan soruşdum ki, işlərini necə yoluna qoyacaq? Dedi: “Madam ki səhər durmağı bacarıram, özüm yeriyə bilirəm, deməli, hər şey yaxşıdır.” Öz-özümə təəccübləndim: “Doğrudan da, bu adam dəli olub: milyonlarla dollarlıq borcunu ödəyə bilmir, amma arxayınlıqla: “Hər şey yaxşıdır”, – deyir.” Birdən yadıma aşağıdakı hədis düşdü: “Kim əmin-amanlıq içində, bədəni sağlam, gündəlik ruzisi ilə sabaha çıxarsa, sanki, bütün dünya ona verilmişdir” (Tirmizi, İbn Macə).

XXV tapşırıq. Uşaqlara öyrədiləsi yeddi ideya

Qoy uşağınız aşağıdakı hədisi oxusun. Onu maddə-maddə müzakirə edin, məzmununu indiki dövrlə əlaqələndirin.

> "Allahın kölgəsindən başqa kölgənin olmadığı qiyamət günündə Allah yeddi insana kölgə salacaqdır: ədalətli lider; gəncliyini Allaha ibadətlə keçirmiş cavan; təklikdə Allahı zikr edən və gözləri dolan şəxs; könlü həmişə məscidə bağlı şəxs; bir-birini Allah üçün sevən iki şəxs; vəzifəli və gözəl bir xanım (günah iş üçün) çağırdıqda "Mən Allahdan qorxuram" – deyən şəxs; sədəqəsini sağ əlinin verdiyini sol əlinin bilmədiyi qədər gizlində vermiş şəxs" (Buxari və Müslim).

Beşinci fəsil

Geniş yayılmış problemlər və səhvlər

Giriş
Valideynlərin başlıca problemləri
Həzrəti Musanın tərbiyəvi nəsihətləri
Nəticə
Tapşırıqlar

Giriş

Əvvəlki fəsillərdə hərtərəfli tərbiyə işi planının konturlarını cızmağa cəhd edərək, bu planın həyata keçirilməsi yollarını göstərdik. Onu da qeyd etdik ki, tərbiyə işində təbii valideynlik instinktlərinə qulaq vermək lazımdır. Bu instinktlər sözügedən planla birləşdikdə yaxşı uşaqların tərbiyə edilməsi üçün istiqamətləndirici, yolgöstərici ola bilər. Təklif olunan metodun uyuşqanlığı valideynlərə əməlisaleh, məsuliyyətli və aktiv uşaqların tərbiyə edilməsində şəxsi üsullardan istifadə imkanı verir.

Vurğuladıq ki, yaxşı uşaqlar tərbiyə etməyin nəticələri xoş olur. Düzdür, tərbiyə işinin öz çətinlikləri vardır və bu çətinliklər fərdi rahatlığa, ailə həyatına müəyyən qədər təsir göstərir. Valideynlərin davranışları mədəniyyət və cəmiyyətin qurulmasında məhək daşı rolunu oynayır.

Hər bir halda, yaxşı plan olduqca çətin tərbiyə işini asanlaşdırmaqla yanaşı, o vaxt mükəmməl olur ki, tərbiyədə problem "dalğa"ları ilə üzləşən valideynləri təhlükəsiz "sahil"ə çıxarsın.

Biz bu fəsildə tərbiyə işinin bəzi çətinliklərinə diqqət yetirəcəyik. Növbəti fəsildə isə ağlabatan həll yolları təqdim ediləcəkdir. Bu çətinliklərin bəzisinə əvvəlki fəsillərdə müəyyən qədər münasibət bildirmişik. Amma problemə bütünlükdə toxunmaq valideynlərə mövcud çətinlikləri daha yaxşı başa düşmək imkanı verəcəkdir.

Valideynlərin başlıca problemləri

Tərbiyə işinin nə olduğunu bilmirsənsə, sənə asan iş kimi görünəcəkdir. Yox, bilirsənsə, çətinliyini də qəbul edəcəksən.
Uşaqlar deyirlər: "Valideynlərimiz bizi boğaza yığıb".
Valideynlər deyirlər: "Uşaqlar bizi dəli edəcək".
Bəsdir bir-birinizi ittiham etdiniz!
Problemlərin fərqinə varın, onları birlikdə müzakirə və təhlil edin, həllini tapın. Özü də səbirlə!

Həyat sınaqlardan ibarətdir. Tərbiyə isə ən çətin sınaqlardan biridir. Amma bu sınaqdan keçə bilsək, mükafatı böyük olacaqdır. Valideynlər üzləşəcəkləri problemlərin "dərinliy"ini dərk etməlidirlər. Belə olan təqdirdə, onları gözləyən çətinlikləri nə şişirdəcək, nə də əhəmiyyətsiz hesab edəcəklər. Əgər onlar tərbiyəni asan iş hesab etsələr, ona lazımi formada hazırlaşmayacaqlar. Həmçinin onun çox çətin iş olduğunu düşünsələr, bəlkə də, qorxub vaxtından əvvəl təslim olacaqlar.

Aşağıda valideynlərin üzləşdiyi bəzi çətinliklər göstərilmişdir:

Təcrübəsizlik

İlk uşaq dünyaya gəldikdə valideynlərin üzləşdiyi əsas problem təcrübəsizlikdir. Onların heç biri bu vəziyyətdə necə davranacağını bilmir. Mümkündür ki, ata və ana bəzi nəzəri məlumatlara sahib olsunlar, amma təcrübəyə ehtiyacları vardır. Bu vəziyyətdə digər valideynlərin təcrübəsi onlara kömək edə bilər.

Qulaqburması ilə tərbiyə

Əvvəllər tərbiyə asan iş idi: ana uşağını sadəcə qulağını dartmaqla idarə edirdi.

Gündəlik təzyiqlər

Bir çox valideyn öhdəliklərin qadınlar və kişilər arasında ənənəvi şəkildə bölüşdürülməsindən irəli gələn çətinliklərlə üzləşir: analar bütün günü evdə qalır, atalar işə gedir. Analar axşam evdən çıxmaq istədiklərində atalar evdə qalmağa üstünlük verirlər. Tərəflərdən biri digərini başa düşməzsə, bu hal tərəflər arasında münaqişəyə aparıb çıxara bilər.

Atalar ailənin təkcə maddi ehtiyaclarını təmin etməli deyillər.

Gündəlik iş

Qəbul etməliyik ki, tərbiyə işi müəyyən saatlarda görülən ofis işi deyildir. Tərbiyə gündəlik 24 saat, həftəlik 7 gün, illik 52 həftə davam edən prosesdir. Bu işdə məzuniyyət və istirahət günləri yoxdur. Uşaqlardan “boşanmaq” kimi

seçimə sahib deyilik. Elə ki valideyn oldunuz, ömür boyu davam edəcək əmək iltizamınız başlanır. Heç nə bu məsuliyyətdən bizi azad etmir.

Hansı daha çətindir: ata, yoxsa ABŞ prezidenti olmaq?
"İki şeydən ancaq birini edə bilərəm: ya ABŞ prezidenti olmaq, ya da qızım Alisaya nəzarət etmək. Hər ikisini eyni vaxtda etməyim qeyri-mümkündür" (Teodor Ruzvelt (1858-1919) – ABŞ prezidenti).

"Verdiyim əmrə milyonlar tabe olur. Amma üç qızımı səhər yeməyinə vaxtında düşürə bilmirəm" (Britaniya feldmarşalı Arçibal Veyvell (1883-1950)
(Shaw, 1998).

Tərbiyə "qeyri-elastik" vəzifədir

Valideynlərin vəzifəsi elədir ki, uşaq doğuldumu ona qayğını təxirə salmaq, bir kənara atmaq mümkün deyildir. Uşaqların öz həyat ritmi, öz bioloji saatları vardır. Valideynlər nəinki bunu başa düşməli, hətta ona təslim olmalıdırlar. Onlar uşağın böyümə prosesini ləngidə və ya sürətləndirə bilməzlər. Buna cəhd göstərsələr, heç şübhəsiz, fəlakətlə üzləşəcəklər. Dünya tələsir, bir-biri ilə yarışır, amma uşaqların inkişafı belə deyildir. Təbiətin addımlarını nəzərə almaq – ariflik, sirr isə səbirli olmaqdadır.

Tərbiyə uzunmüddətli vaxt, əmək və kapital sərmayəsidir

Tərbiyə etmək çox çəkən prosesdir. Uşağın yaxşı, yoxsa pis olduğunu görmək üçün valideynin bəzən illərlə gözləməsi lazım gəlir.

Valideynlər uşağa təsir göstərən qüvvələrdən biridir

Valideynlər başa düşməlidir ki, uşaqların yaşadığı dünya davamlı şəkildə dəyişir.

Məsələn, texnoloji inkişaf özü ilə keçmişdəkindən daha çox problem gətirmişdir. Bu problemlər internet, televizor, mobil telefonlar, sosial ünsiyyət şəbəkələri və kompüter oyunları vasitəsilə yaranır. Kino və pop-ulduzlara oxşamaq arzusu geniş yayılıb. Əyləncə vasitələri hər tərəfdə uşaqları özünə cəlb edir. Bu səbəbdən valideynlər uşaqları tərbiyə edən yeganə tərəf deyillər. Onların güclü rəqibləri meydana çıxıb: aktyorlar, internet və həmyaşıdlar.

Uşaqlara təsir edən mənfi və müsbət amillər çoxdur. Valideynlər uşaqların inkişafına təsir edən amillərdən ancaq biridirlər. Hətta diqqətli və hazırlıqlı valideynlər internetin "kirli", küçə xuliqanlarının amansız, informasiya vasitələrinin bayağı təsirini minimuma endirə bilmirlər.

Böyüdükcə uşaqlara ən çox təsiri həmyaşıdları göstərir. Uşaqlar öz dostlarının dəyər və davranışlarını eynilə mənimsəyirlər. Yeniyetməlik dövründə dostların təsiri artır, valideynlərinki azalır. Bacı və qardaş da bir-birinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir edirlər. Bəzən bu təsir daimi olur. Onlar bir-birinə nümunə də ola bilirlər. Bəzi vəziyyətlərdə onların arasında qısqanclıq və rəqabət yaranır.

Uşaqlara, həm də ətraf mühit təsir göstərir. Buraya coğrafi ərazi, ailənin həcmi, ailənin sosial mənsubiyyəti, hakim din və etnik münasibətlər daxildir.

Uşaqlar danışmağı bacarmırlar

Əvvəlcə, heyvanlarla ünsiyyət yaratmağın çətinliyini təsəvvürünüzdə canlandırın. Daha sonra uşaqlarınızı xəyalınıza gətirin. Danışmağı bacarmadıqları üçün uşaqların hisslərini, düşüncə və istəklərini başa düşmək çətindir. Əlimizdən ancaq təxmin etmək gəlir. Nə uşaq böyük balacadır, nə də böyüklər balaca yeniyetmələrdir.

Bu mərhələdə valideynlərə tövsiyəmiz budur ki, uşaqlarına kitab mütaliə etsinlər, Quran oxusunlar. Çünki uşaqlar danışmağa başlamazdan əvvəl sözləri yadda saxlayırlar.

Ah, ah! İndi bildim ki...
"Qırx yaşına qədər uşaqların valideynlərdən xoşu gəlməz. Lakin elə ki valideyn oldular, eyni münasibəti öz uşaqlarından görərlər" (Kventin Kriv – amerikalı yazıçı).

Uşaqların şüuru dəyişir
"Ah, azyaşlı oğlumun mənə duyduğu pərəstişin yarısına layiqəmmi?! Bəs yeniyetmə yaşına çatdıqda barəmdə düşündüyü axmaqlığın yarısına necə?!" (Rebekka Riçard)

Tərbiyə müvəqqəti vəzifədir
"Bir çox səhvə yol verdiyimizdən müqəssirik. Lakin ən böyük təqsir həyatın pöhrəsi sayılan uşaqlardan imtina etməkdir, onlara laqeyd qalmaqdır. Möhtac olduğumuz bir çox işi təxirə salmağımız mümkündür, amma uşaqlarımızın ehtiyaclarını bir kənara ata bilmərik. Bu işi görmək üçün ən uyğun vaxt bugündür. Sümükləri və qanının formalaşdığı, ağlının inkişaf etdiyi mərhələ münasibdir. Ona: "sabah" – deyə bilmərik, çünki o bizimlə bu gün mövcuddur" (G. Mistral, Nobel mükafatı laureatı).

Təsəvvür etməzdim ki!
"On dörd yaşımda ikən atam o qədər avam idi ki, yanımda olmağına dözə bilmirdim. İyirmi bir yaşına çatdıqda isə atamın bu yeddi il ərzində öyrəndiklərinin həcmindən dəhşətə gəldim" (Mark Tven).

Fənlərarası tərbiyə işi

Tərbiyə işi bir çoxunu təsəvvür etmədiyimiz bacarıqlar tələb edir. Tərbiyə işi bir sıra fənlərlə, məsələn: psixologiya, sosiologiya, iqtisadiyyat, təbabət, biologiya, menecment və incəsənətlə əlaqəlidir. Tərbiyə həm elm, həm də yaradıcılıqdır.

Yaşadığımız dünya hey dəyişir, inkişaf edir, qarşımıza çox mürəkkəb problemlər çıxarır. Odur ki tərbiyə işi valideynlərdən xüsusi bacarıqlar tələb edir. Bu və ya digər elm sahəsi, fənn üzrə elmi dərəcə əldə etmək xoşbəxt və güclü ailə meydana çıxarır. Uşaqlarla davamlı ünsiyyət düzgün və effektli tərbiyədə əsas elementdir.

Ata və ana komanda halında işləməlidirlər

Komanda halında işləmək valideynlər üçün çox çətindir. Ər və xanımı uşaqları naminə birlikdə iş görməyi bacarmalıdırlar. Onlar gələcəyin valideynləridir. Neçəmiz evlənməzdən əvvəl uşaq tərbiyəsi haqqında düşünür? Komanda işi sevgi və səmimiyyətdən çox, bilik, psixoloji bacarıq və həyata eyni baxış tələb edir. İşlər pisə doğru gedərsə, valideynlər bir-birini vəzifələrini düzgün yerinə yetirməməkdə ittiham etməməlidirlər. Onların qızı, yaxud oğlu davamlı şəkildə dəyişir və böyüyürlər. Bu mərhələ valideynlərdən sıx əməkdaşlıq tələb edir.

Tərbiyə resurslardan düzgün istifadə bacarığıdır

Ailənin maliyyə işləri üçün mühasib, uşaqların təhsil almağı üçün xüsusi müəllim, onların qayğısına qalmaq üçün dayə tutmaq mümkündür. Lakin ailənin idarə edilməsini valideynlərin əvəzinə kiməsə tapşırmaq olmaz. Əgər valideyn bu işi görə bilmirsə, başqası heç görə bilməz. Ailənin idarə edilməsi valideynlərdən sevgi, mehri-

banlıq, vaxt və diqqət tələb edir. Bu, təkcə valideynlərin görə biləcəyi tərbiyə işinin ayrılmaz hissəsidir. Bu məqamda, sovet Rusiyasının marksist təcrübəsinə nəzər salmaq kifayətdir. Belə ki tərbiyə işi ailə fərdlərinə deyil, başqalarına həvalə edilmişdi. Keçmişdə eyni şeyi spartalılar etmişdilər. Bu təcrübə uşaqlar üçün ağır nəticələr vermişdi.

Vaxt və resurslardan düzgün istifadənin birvalideynli ailələrdə əhəmiyyəti böyükdür.

Uşaqların valideyn təsəvvürü gözlənilənlə üst-üstə düşməyə bilir

Bəzən uşaqlar valideyn köməyini müdaxilə, sevgi və qayğısını uşaq yerinə qoyma, tövsiyəsini isə nəzarətə cəhd kimi başa düşürlər. Uşaqlarda reallıq fantaziya ilə qarışır, bu səbəbdən onların düşüncələrini, duyğu və reaksiyalarını başa düşmək lazımdır. Məsələn, onların üçün nə isə etdikdə soruşun ki, bu onun xoşuna gəlirmi?

Uşaqlara nəyi nə vaxt deməyi öyrənin

Eyni əhvalatlardan böyüklər və uşaqların çıxardıqları nəticələr üst-üstə düşməyə bilir. Bəzi valideynlərin uşaqların saflığı ilə oynayaraq daha yaxşı həyata can atmaları təəccüb doğurur. Məsələn, uşaqlar nar yedikdə bəzi valideynlər dənələr döşəmədəki xalçaya, süfrəyə, mebelə, uşaqların əynindəki paltara bulaşmasın deyə qəribə üsullara əl atırlar. Onlar uşaqlarına deyirlər ki, narda cənnət-

Bu hekayə hansı yaş mərhələsinə uyğundur?

Bir dəfə Şir, Canavar və Tülkü inək, keçi və dovşan ovlayırlar. Şir Canavara deyir:
– Şikarı böl.
Canavar deyir:
– İnək sənə, keçi mənə, dovşan da Tülküyə olsun.
Şir Canavarın üstünə atılıb dərisini boğazından çıxardı. Daha sonra üzünü Tülküyə tutdu:
– Növbə sənindir, şikarı böl.
Tülkü dedi:

– Dovşan səhər yeməyin, keçi nahar yeməyin, inək də şam yeməyindir.
Şir təəccübləndi:
– Ey Tülkü, bu müdrikliyi kimdən öyrənmisən?
Tülkü Canavarın qana batmış leşinə baxaraq dedi:
– Gözü çıxmış qardaşımdan.
Bu cür hekayələri (təmsilləri) uşaqlara danışdıqda qorxaqlıq və ikiüzlülüyün nə olduğunu, böyüklərə danışdıqda isə ehtiyatlılığı, diqqətli olmağı öyrənirlər. Uşaqların yaşına uyğun hekayələr seçmək tərbiyədə mühüm və əsas məsələlərdən biridir.
Xurafat və mövhumatdan uzaq olmaq lazımdır. Müəyyən yaşa çatdıqda uşaqlara xurafatın nə olduğunu izah edin. Nəticədə, onların düşüncələri əsassız məlumatlardan təmizlənəcəkdir. Geniş yayılmış nağıllardan biri də Yeni il bayramında uşaqlara hədiyyə paylayan Santa Klaus haqqındadır. Uşaqların mərhəmətli nağıl qəhrəmanının Allahdan yaxşı olduğunu düşünmələri arzu edilən deyildir.

dən olan bəzi dənələr vardır, odur ki narı diqqətlə yeyib, dənələri yerə salmasınlar. Halbuki deyə bilərdilər ki, nar suyu ləkəsi çətinliklə təmizlənir, deməli, narı yeyərkən ehtiyatlı olmaq lazımdır. Bəzi analar eyni şeyi qızları düyünü təmizləyərkən deyirlər.

Uydurma fikirlərin aşılanması

Səlim uşaq bağçasında ayaqyoluna getməkdən imtina etdi. Müəllim səbəbini soruşduqda dedi: "Atam deyir ki, ayaqyolunda cinlər və şeytan yaşayır. Onlarla tək qalmağa qorxuram".
Hamidə demişdilər ki, mələklər hamama daxil olmurlar. Bundan əvvəl isə öyrətmişdilər ki, iki mələk həmişə onu izləyib etdiyi hər şeyi qeydə alırlar. "Belə çıxır ki, bu iki mələk mənimlə hamama girə bilməyəcək!" – Hamid təəccüblənirdi. O bu suala heç cürə cavab tapa bilmirdi.
Çox vaxt bəzi valideynlər uşaqlarına donuz əti yeməyin haram olmağı haqqında səhv izahlar verirlər. Uşaqlar belə səhv izahlardan o nəticəni çıxarırlar ki, donuz pis heyvandır, onunla rəhmsiz davranmaq lazımdır.
Valideynlər uşaqlara öyrətməlidirlər ki, bütün heyvanları Allah yaradıb. Bəziləri yeməyə yararlı deyildir, çünki bütün məxluqatın öz vəzifəsi

vardır və biz onları qorumalıyıq.

Son dərəcə emosional, amma xoşniyyətli valideynlər uşaqlarına günah işləmiş şəxslərə qarşı nifrət aşılamaqla səhvə yol verirlər. Onlar pis işlə onu görmüş şəxs arasında fərq qoymurlar, məsələn, onlar həm siqaretə, həm də siqaret çəkənlərə nifrət edirlər. Nəticədə, uşaqlar sevmək və səhvlərini düzəltməyə cəhd göstərmək əvəzinə, insanlara nifrət bəsləyirlər. Belə uşaqlar elə güman edirlər ki, başqalarından üstündürlər. Bəzən də onları təkəbbür bürüyür.

Müsbət şəxsi imic formalaşdırmaq problemi

Uşaqlar, xüsusən yeniyetmə qızlar gözəllik haqqında saxta təsəvvürlərin, Hollivud filmlərinin, ulduz-müğənnilərin, moda jurnallarının təsiri ilə yeməmək xəstəliyinə tutulur, kosmetik vasitələrə həddən artıq maraq göstərirlər. Onlar xarici görünüş üçün ifrat dərəcədə narahatlıq keçirirlər. Bu cür fikirləri reklam mediası "körükləyir". Reklam mediasının mesajı budur: "Arıqsansa, gözəlsən!"

Uşaqlar üçün saf uşaqlıqdan böyükləri yamsılama mərhələsinə keçid mükəmməllik haqqında saxta təsəvvürlərlə müşayiət olunur. Çox təhlükəli vəziyyətdir, çünki uşaqlar bu mərhələdə yaxşını pisdən ayıra bilmirlər. Belə vəziyyət uşaqlarının uşaqlıq dövründən həzz almalarını istəyən valideynlərin narahatlığını artırır. Nəticədə, uşaqlara əxlaq, özünəinam və yaxşı xarakter aşılamaq zərurətə çevrilir (Williams, 2002).

Uşaqlarda məmnunluq hissi dəyərlər, ünsiyyət və ailə münasibətləri sayəsində yaranmalı, media orqanlarının reklam etdiyi yanlış mənbələr (pul, güc, şöhrət və s.) əsasında formalaşmamalıdır.

Həzrəti Musanın tərbiyəvi nəsihətləri

> İncildə deyilir: "Qulaq as, İsrail! Tanrımız Rəbb tək tanrıdır!" (Təsniyə, 6:4).

Birinci dərs. Prioritetlərinizi düzgün müəyyənləşdirin!
Valideynlər uşaqlarına prioritetləri müəyyənləşdirməyi necə öyrətməlidirlər? Bizim üçün mühüm olan şeyləri bilmiriksə, bildiklərimizin əhəmiyyəti yoxdur. Əgər əzəli Allahı unudacağıqsa, ani şeylərin köləsinə çevriləcəyik.

> "Tanrın Rəbbi bütün qəlbinlə, bütün canınla, bütün gücünlə sev!" (Təsniyə, 6:5).

İkinci dərs. Münasibətlər qaydalardan mühümdür.
Əsas, vacib və sadə qaydalara üstünlük verin. Qaydalar pis şey deyildir, amma onlar daxili deyil, xarici davranışları dəyişirlər. Sevgi isə qəlbi və meylləri dəyişir.

> "Bunlar qəlbində bu gün qoruyub saxlamağını tövsiyə etdiyim sözlərdir" (Təsniyə, 6:6).

Üçüncü dərs. İlahi Kəlamı mənimsə.
Valideynlər Allahın sözlərini əvvəlcə özləri mənimsəməli, sonra uşaqlarına öyrətməlidirlər. Valideynlər bir şeyi bilmirlərsə, onu izah edə bilməzlər. Elə isə dediklərini ilk növbədə özləri etməlidirlər. İtirən verə bilməz, odur ki təbliğ etdiyin şeyləri tətbiq etməlisən. Əgər bir şey evdə tətbiq olunmursa, onu başqalarına öyrətməyə dəyməz.

> "Sən bunları övladlarına ciddi-cəhdlə öyrətməlisən" (Təsniyə, 6:7).

Dördüncü dərs. Vaxt mühüm deyildir; mühüm olan - vaxtı səmərəli keçirməkdir.

Valideynlər təlim üçün münasib vaxt tapmalıdırlar. Əgər vaxtı təbii şəkildə tapa bilmiriksə, planlaşdırma işinə müraciət etmək lazımdır.
Böyüklər uşaqlara hər şey verməyə hazırdırlar, ancaq bir şeydən başqa. Bu vaxtdır. Yaşadığımız cəmiyyət ailəyə deyil, iş həyatına diqqət yetirir. Təəssüf ki, iş cədvəlimizdəki prioritetləri ailəyə görə müəyyənləşdirmirik; əksinə, ailənin prioritetlərini iş həyatımız müəyyən edir.

> "Evində ikən, yol gedərkən, oturub-qalxdığında onlarla danış" (Təsniyə, 6:7).

Beşinci dərs. Xatırlanmağa layiq şey təkrarlanmağa da layiqdir. Valideynlər dəyərləri üzə çıxarmalı, təsdiqləməli, təkrar və izah etməlidirlər. Dəyərlər dəqiq, qısa və sadə olmalıdır. Göstər və de: uşaqları valideynləri tərəfindən öyrədilən dəyərlərlə yaşayan qohumlarla, liderlərlə, din xadimləri və imamlarla, qonaqlarla tanış etmək lazımdır.

Nəticə

Bütün çətinliklərə baxmayaraq, tərbiyə işi maraqlı təcrübədir, reallaşdırılması mümkündür, hər iki valideyn üçün savab və mükafatla doludur. Problemlər çoxdur: həmyaşıdların mənfi təsiri, mediada əxlaqsızlığın təbliği, fəhmsizlik, pis idarəetmə. Bu sahədə yanlış təsəvvürlər, səhvlər və uydurmalar da çoxdur. Bu barədə növbəti fəsildə söz açılacaqdır.

Tapşırıqlar

XXVI tapşırıq. Mühüm məlumatların müzakirəsi

Şəxsi təcrübənizə istinad etməklə aşağıdakıları uşaqlarınıza izah edin:

Mühüm olan şeyləri bilmirsinizsə, bildiklərinizin əhəmiyyəti yoxdur. Prioritetlərinizi müəyyənləşdirin.

İş cədvəli qurmaq prioritet deyildir, əksinə, vacib olan şey prioritetlərimizin siyahısını tutmaqdır.

Başqalarına sevgi bəxş etmək üçün qəlbinizi Allah sevgisi ilə doldurun. Sahib olmadığınız şeyi kiməsə verə bilməzsiniz.

Valideynlər üçün: Tövsiyə etdiyiniz şeyləri tətbiq edin. Əgər bir dəfə göstərmək min dəfə deməkdən yaxşıdırsa, tətbiq etmək isə göstərməkdən yaxşıdır.

Altıncı fəsil

Ümumi səhv təsəvvürlər, gözlənilməz təhlükələr və uydurmalar

Giriş
Geniş yayılmış səhvlərin aşkarlanması
Tərbiyə işi haqqında uydurmalar
Tapşırıqlar

Giriş

Əvvəlki fəsildə göstərmişdik ki, tərbiyə işinin öz çətinlikləri vardır. Bu çətinliklər psixoloji və zehni gərginlik yaradır, xoşbəxt ailə həyatına təsir göstərir. Onu da qeyd etmişdik ki, məhz çətinlik və əngəllər cəmiyyət və mədəniyyətin inkişaf rəhnidir. Biz həm də məqsədlərin əhəmiyyətinə qısa şəkildə toxunmuş, tərbiyə zamanı valideynlərin bilməli olduqları bəzi başlıca çətinlik və əngəllər haqqında söz açmışdıq.

Bu fəsildə isə əsas diqqətimizi effektli tərbiyə işinə nail olmaq üçün yaxşı məsləhətlərdə gizlənmiş bəzi ümumi ehtimallara ayıracağıq. Həmçinin valideynlərin üzləşdiyi bir sıra əngəllər və çətinliklərə də aydınlıq gətiriləcək, onlardan xilas olmağın yolları izah olunacaq, bəzi ümumi uydurmalara münasibət bildiriləcəkdir.

Biz bu uydurma və səhvlərə həm də ona görə nəzər salırıq ki, doğru tərbiyə layihəsini hazırlamaq mümkün olsun. Əgər tərbiyə planı tərbiyə vaxtı qarşıya çıxan çətinliklərin həllinə kömək etmirsə, səmərəli və effektli sayıla bilməz.

Geniş yayılmış səhvlərin aşkarlanması

Ənənəvi üsullardan kor-koranə istifadə

Əksəriyyətimiz öz valideynlərindən müəyyən vərdiş və adətlər öyrənir. Bu vərdişlər heç də həmişə xeyir gətirmir. Mümkündür ki, bəziləri köhnəlmişdir, bəziləri də zərərlidir.

Bir qadın deyir: "Hamilə qaldığım andan anam kimi olmuşdum".

Bəzi valideynlər vəfakarlıq və minnətdarlıq əlaməti olaraq bildirirlər ki, ata və anaları onlara yaxşı tərbiyə vermişdir. Bir çoxumuz valideynlərimizdən sevgi və qayğı görmüşük. Allah onların canını sağ etsin! Onlar bizə ən yaxşı şeyləri arzu edirdilər. Buna baxmayaraq, onların sahib olduğu vasitələr, bilik və bacarıqların heç də hamısı konstruktiv tərbiyə işi üçün münasib deyildir.

Başqalarını yamsılama

Kor-koranə yamsılama tərbiyə işində yolverilməzdir. Hər bir uşaq fərqli və individualdır. Bir uşaq üçün səmərəli olan tərbiyə üsulu bəzən digəri üçün işə yaramır. Odur ki valideynlər müxtəlif vəziyyətlərdə öz uşaqları ilə necə davranmağı öyrənməlidirlər. Valideynlər tərbiyənin üsulları məsələsində başqa valideynlərlə məsləhətləşərkən unutmamalıdırlar ki, hər bir üsul özünəməxsus situasiyada tətbiq edildikdə səmərəli olur.

Bəzi valideynlər demokrat olub uşaqlarına hər şey etməyi icazə verdikləri halda, bəziləri də qətiyyətli olub sərt üsullara müraciət edirlər.

Hər addımda yeni sürpriz

"Gənc atalar tezliklə öyrənirlər ki, uşaqları tərbiyə etmək çarəsiz improvizasiyanın bir formasıdır" (Bill Kosbi, aktyor).

"Tərbiyə işini öyrən-mirlər; tərbiyə uşaqlar dünyaya gəldikdə etməyə başladığın şeydir" (Elkind, 1995).

Gerçəkləşməmiş arzuların həyata keçirilməsi

Bəzi valideynlər vaxtı ilə nail ola bilmədikləri məqsədləri övladları vasitəsilə gerçəkləşdirməyə cəhd göstərirlər. Məsələn, vaxtı ilə həkim və ya mühəndis olmaq istəyən, amma istəyinə çata bilməyən ata övladını məcbur edir ki, həkimlik və ya mühəndisliyi öyrənsin. Halbuki onun oğlu və ya qızı bu iki ixtisasdan heç birini öyrənmək istəmir. Dərk etməliyik ki, uşaqlar valideynlərin eyni ilə "davam"ı deyillər. Onların özlərinə xas dünyası, arzuları, meylləri vardır.

Uşaqlarını eyni ilə özləri kimi görmək istəmək bəzən valideynlərə xoş gəlir. Onlar öz səhvlərini, hətta valideynlərinin səhvlərini uşaqları vasitəsilə düzəltməyə çalışırlar: əgər valideyn yaxşı futbol oynamağı bacarmayıbsa, istəyir ki, oğlu əla futbolçu olsun; riyaziyyat fənnindən pis qiymət alıbsa, uşaqlarını Eynşteyn görmək istəyir; siyasətçi olmağı bacarmayıbsa, övladının siyasətdən baş çıxarmağını arzulayır.

Uşaqlar valideynlərinin "ikinci uşaqlığı" və əcdadların "mütərəqqi" forması deyillər. Uşaqlar doğuluşdan individualdırlar, sahib olduqları fərdiliklərə hörmət etməli, onları süni "qəliblər"ə salmamalıyıq.

Bir-birini əvəzləyən valideynlər

Bəzən ata və ana tərbiyə işində bir-birini əvəz edirlər. Amma nə ata ananı, nə də ana atanı bu işdə əvəzləyə bilər. Onlar sağ və sol əllər kimidir. Sağ əl sol əlin, sol əl də sağ əlin yerini vermir. Ata və ananın hər birinin öz rolu vardır. Həmçinin nənə və baba, qohumlar, tərbiyəçilər valideynin yerini tuta bilməzlər. Onlar ata və ananın rolunu oynamağa qabil deyillər.

"Uşaqlarla məntiqlə davransaq, bəs edir" düşüncəsi

Valideynlərlə uşaqların münasibəti təkcə məntiqi təfəkkürə əsaslanmamalıdır. Amma işə vərdiş və emosiyalar da qarışır. Valideynlər "Ye, bu sənin sağlamlığın üçün xeyirlidir. Çünki meyvədə vitamin və minerallar olur", – deməklə uşaqlarını meyvə yeməyə razı sala bilməzlər. Səbəbi izah etmək mühüm olsa da, tərbiyə işində kafi deyildir. Stimullaşdırıcı digər vasitələrə ehtiyac vardır.

"Uşaqlarla müharibəni udmaq" ehtimalı

Ailədə münasibətlər nəsillərarası təsəvvürlərin toqquşmasına qədər inkişaf etdikdə valideynlər, heç şübhəsiz, bir neçə "döyüş"də qələbə çalırlar. Amma uşaqlar buna, əvvəl-axır, nifrətlə qarşılıq verəcəklər. Məsələn, 15 yaşlı qıza öz ağılsız istəyinə çatmağı icbari üsullarla qadağan etmək mümkündür. Lakin o, 20 yaşına çatdıqda evdən qaçacaq, hamilə qalmaqla valideynləri ilə başladığı "müharibə"ni udmuş olacaqdır. Həmçinin ailənin oğlu maşını

gizlicə qaçırıb sürə, faciəli qəza törədə bilər. Valideynlərin bir çıxış yolu var: o da uşaqlarının tərəfində olmaqla qələbə qazanmaq. Bəs bu necə baş verir? Bunun üçün uşaqları dinləmək, onları sevmək, izah dilinə üstünlük vermək lazımdır. Şübhə yoxdur ki, tərbiyə işi həssas vəzifə olub, səbir və aktiv ünsiyyət tələb edir.

"Valideyniksə, gücdən istifadə etməliyik" düşüncəsi

Uşaqlar bilirlər ki, gələcəkdə böyüyüb güclü olacaqlar. Uşaqları qorxutmaq üçün valideynlər gücdən istifadə etsələr, onlar da həddi-buluğa çatdıqda bəzən eyni üsula əl atırlar. Yox, əgər valideynlər uşaqlara göstərib sübut etsələr ki, bəs eyni qayıqda hərəkət edirlər və barrikadada eyni yerdə mövqe tutublar, onda uşaqlar valideynlərinin gücünə güc qatdıqlarını hiss edəcəklər. Tərbiyədə gücdən istifadə edən valideynlər başa düşmürlər ki, bunun əvəzinə sevgi və inamdan istifadə etsələr, daha yaxşı nəticə əldə edə bilərlər. Əgər sevgi və güc eyni nəticə doğurursa, onda nə üçün sevgidən deyil, gücdən istifadə etməliyik?!

Qoy onlar oğul və qız olaraq qalsınlar

"Onları qəhrəman kimi deyil, övladların olaraq tərbiyə et. Əgər bunu bacarsanız, onlar, ən azından, sizin nəzərinizdə qəhrəmana çevriləcəklər"
(Schirra, 2001).

"Bütün uşaqlarla eyni davranmaq lazımdır" düşüncəsi

Bəzi valideynlər düşünür ki, övladları bir-birinin eynidir. Bu doğru deyildir. Çünki bir ailənin uşaqları buketdəki güllər kimidir. Buketi hazırlayan şəxs nə qədər cəhd etsə də, güllərdən biri və ya ikisinin üzü başqa səmtə baxır. Uşaqlar stressə davamlılıq, öyrənmə bacarığı, özünəinam səviyyəsi və maraqlar baxımından eyni deyillər. Valideynlər, çox keçmir ki, qızları

və oğullarının xasiyyətcə fərqli olduqlarını görürlər. Doğma qardaş və bacının bir-birindən fərqləndiyini görmək insana qəribə gəlir. Bəzi xarakter fərqləri ailə daxilində qız və oğlan uşaqlarına ayrı-ayrı münasibət səbəbi ilə kəskinləşə bilir.

Uşaqlarla böyüklər kimi davranmaq

Bəzi valideynlər səhvən belə hesab edirlər ki, uşaqla balaca böyük kimi rəftar etmək lazımdır. Ərəb dilində nəşr olunan "Cəracirə" jurnalında (1988) göstərilir ki, uşaq uşaqdır, yeniyetmə deyildir; onunla böyük kimi davranmaq doğru olmazdı. Qədim yunanlar və romalılar hesab edirdilər ki, uşaqlarla yeniyetmələr kimi davranmaq lazımdır. Jurnalda o da qeyd olunur ki, uşaqlıq həyatımızın ən mühüm və kəskin mərhələsidir.

XX əsrin ortalarınadək uşaq dünyasının mürəkkəbliyi düzgün dərk edilməmişdi. Bu vaxta qədər qədim yunan və romalıların təcrübəsi əsas götürülürdü. Yəni, uşaqlar yeniyetmələrin balacalaşdırılmış formasıdır. Nəticədə, böyüklərə aid təsəvvürlər uşaqlara da şamil edilirdi. Halbuki böyüklər və kiçiklər eyni deyillər. Çünki nə uşaq azyaşlı yeniyetmədir, nə də yeniyetmə – yaşlı uşaq!

Valideynlər uşaq psixologiyası ilə davranmağı öyrənməlidirlər. Bu sahəni bilmək uşaqların bioloji ehtiyaclarını bilmək (uşaq acdırsa, yedirt, yorulubsa, dinclik ver, yerinə batırıbsa, təmizlə) qədər asan deyildir. Uşağın psixoloji ehtiyaclarını başa düşmək çətin məsələdir. Hətta yeniyetmələrə öz psixoloji vəziyyətlərini başa düşmək müəyyən qədər çətindir. Halbuki onlar özlərini uşaqlarla müqayisədə yaxşı tanıyırlar.

Uşaqlar valideynləri tərbiyə edir

"Evliliyin mənası onda deyil ki, böyüklər uşaqları yaradırlar; əksinə, ondadır ki, uşaqlar böyükləri yaradır" (Peter De Vries in Coloroso, 2002).

Uşaqlara istədikləri hər şeyi almaq

Valideynlər uşaqların istədiyi hər şeyi almağa, onların bü-

tün tələblərini yerinə yetirməyə tələsməməlidirlər. Onların vəzifəsi uşağın hər dediyinə qulaq asmaq deyildir; əksinə, ona iş tapşırmaq, təkcə almağı deyil, həm də verməyi öyrətməkdir. İstədiyi hər şeyi uşağa almaq doğru deyildir. Bu, bəzən hiss edilmədən baş verir. Valideynlər uşaqlara istədiyini almağa vərdiş edirlər. Dərk edəndə ki, səhv ediblər, gec olur: qarşılarında ərköyün uşaqlar tapırlar.

Tərbiyə işi haqqında uydurmalar

Uşaq tərbiyəsi müəyyən qədər romantik olmalıdır ki, ailə qurmaq həvəsli işə çevrilsin. Bəzi valideynlər hesab edir ki, tərbiyə işi hər cəhətdən insana həzz verən işdir; valideynlər yaxşıdırsa, uşaqlar da yaxşı olacaqlar; sevgi və intuisiya uşaqları düzgün tərbiyə etmək üçün kifayətdir; uşaqlar valideynlərinin fədakarlığını qiymətləndirəcəklər; tərbiyə işi təbii və instinktiv olaraq qazanılır; ailə dəyərlərini uşaqlara aşılamaq çox asandır. Əslində bu fərziyyələrin heç də hamısı real deyildir.

Aşağıda tərbiyə işi ilə əlaqəli bəzi əsassız fərziyyələr – uydurmalar göstərilmişdir (Knox and Schacht, 1997):

Birinci uydurma. ***Uşaqları tərbiyə etmək həmişə həzz verir***

Hələ valideyn olmamış cütlüklər televiziya reklamlarına baxaraq gənc valideynlərin bağda, parkda öz uşaqları ilə oynadığını gördükdə elə zənn edirlər ki, tərbiyə işi daimi əyləncə və həzdən ibarətdir. Amma reallıq bunun tam əksini deyir.

Düzdür, uşaqlarla ünsiyyət insana sevinc gətirir. Əyləncə və həzz məsələsi belədir ki, insan ondan həm istifadə, həm də im-

tina edə bilər. Lakin bu hal valideynlərə şamil deyildir. Çünki onlar təcrübələri oldu-olmadı uşaq ilə qalmalı, davamlı şəkildə qayğısını çəkməlidirlər. Elə ki bu işə başladılar, istəsələr də, imtina edə və ya geri çəkilə bilməzlər. Çünki tərbiyə qayıdışı olmayan yoldur.

İkinci uydurma. ***Yaxşı valideynlərin yaxşı uşaqları olur***

Bir çox insan yaramaz övladlar (narkoman, cani, əxlaqsız, əyyaş və s.) gördükdə elə zənn edirlər ki, buna səbəb onların valideynləridir; valideynlər uşaqlarına lazımi şəkildə tərbiyə verməyiblər. Bununla da, biz yaramaz övlad gördükdə valideynləri qınayırıq. Halbuki bir çox valideyn üçün bunun əksini söyləmək mümkündür. Elə yaxşı valideynlər vardır ki, əllərindən gələni etmələrinə baxmayaraq, övladları yaramaz çıxmışdır. Nuh peyğəmbər buna misaldır. Bəzən bunun əksi də olur; pis valideynin evində yaxşı övladlar yetişir. Fironun evində böyüyən Həzrəti Musa, atasının qarşı çıxdığı Həzrəti İbrahim buna misaldır.

Tərbiyə işi əziyyətlidir; elə anlar olur ki,

tərbiyə əlimizi dişləyən ağıza yemək ötürməyi xatırladır.

Üçüncü uydurma. ***Uşaqlar valideynlərin zəhmətini qiymətləndirirlər***

Əksər valideynlər düşünür ki, bütün ehtiyaclarını təmin edərlərsə, uşaqları onların bu zəhmətini qiymətləndirəcəkdir. Bu heç də bütün hallarda doğru deyildir. Elə olur ki, övladlar onlara sevgi və qayğı bəsləmiş valideynlərinə hörmət etmir, "sağ ol" demir, əməyini qiymətləndirmirlər. İstədikləri əşyaları (paltar, oyuncaq, kompüter, maşın) təmin etdikdə övladları tərəfindən qədir-qiymətlərinin bilinəcəyini düşünən valideynlər də var-

dır. Lakin bu güman bəzən özünü doğrultmur. Çünki bəzi uşaqlar elə düşünür ki, bütün bunlar onların təbii haqqıdır, odur ki ata və anaya təşəkkür etməyi özlərinə borc bilmirlər.

Dördüncü uydurma. ***Tərbiyə bacarığı anadangəlmədir***

Bəziləri belə düşünür ki, uşaqları tərbiyə etmək üçün planlı təlim və biliklərə ehtiyac yoxdur. Sürücülük kurslarının uşaq tərbiyəsi kurslarından çox olduğunu görürük. Nəticə etibarı ilə, heç bir təlim görməmiş gənc analarla tərbiyə sahəsində bilik qazanıb təlim keçmiş təcrübəli analar arasında aşkar fərqlər yaranır. Birinci qrup analar uşaqlarının ehtiyaclarını çox hallarda düzgün başa düşə bilmirlər. Onların uşaq böyüdükcə onunla necə davranmaq lazım gəldiyini təxmin etmək üçün bacarıq və bilikləri olmur. Halbuki təcrübəli analar övladlarını və davranışlarını yaxşı başa düşürlər. Bununla yanaşı, təcrübəsiz valideynlər öz valideynlərinin tərbiyə işində buraxdıqları səhvləri təkrarlayırlar.

Uşaq dünyaya gəlməzdən əvvəl planlar qurursunuz, amma heyhat! O, dünyaya gəldikdən sonra hər şeyi bəzən yenidən başlamaq lazım gəlir.

Beşinci uydurma. ***Ailə dəyərlərini aşılamaq asan işdir***

Çoxları üçün ailə dəyərlərinə daxildir:

– Böyüklərə və başqa insanlara hörmət etmək
– İnsanların fərqli olduğunu qəbul etmək
– Sakit şəkildə müzakirə aparmaq, birlikdə həll yolları tapmaq
– Çətin də olsa haqdan yapışmaq, xeyri müdafiə etmək
– Öhdəliklərə riayət etmək
– Dürüst və açıqsözlü olmaq
– Başqalarına kömək etmək, cəmiyyətin xidmətində dayanmaq

Bu və digər dəyərləri uşaqlara aşılamaq heç də asan deyildir.

Altıncı uydurma. ***Tərbiyədə intuisiya, hisslər, məntiq və sevgi kifayətdir***

Biliklər və bacarıqlar uşaqlardan çox valideynlərə lazımdır. Tərbiyə işi kiçik hadisələrdən, davamlı münaqişə və gözlənilməz böhranlı vəziyyətlərdən ibarət olduğu üçün təcili münasibət və həll yolları tələb edir. Verdiyimiz reaksiya uşaqların xarakterinə müxtəlif formalarda təsir göstərir. Deməli, uşaqların ehtiyaclarına düzgün reaksiya vermək lazımdır ki, bu da valideyndən xüsusi bacarıq tələb edir. Bu bacarığı öyrənmək lazımdır.

Uşaqların xarakteri müxtəlif vaxtlarda insanlarla yaşadıqları təcrübələr əsasında formalaşır. Fərdi xüsusiyyətləri zorla, güclə, icbari formada aşılamaq mümkün deyildir. Dostluğu mühazirə oxumaqla, cəsarəti məktub yazmaqla, kişiliyi və ya qadınlığı Osmos nəzəriyyəsi ilə uşaqlara öyrətmək qeyri-mümkündür. Xarakter formalaşdırmaq üçün uşaqların psixikası və inkişaf mərhələlərini bilməliyik. Uşaqların xeyirxah, cəsur və nəcib olmalarını istəyən valideynlər bu dəyərləri onlara aşılamağın yollarını öyrənməlidirlər.

Dəlilik və müdriklik

"Dəlilik irsidir: biz onu uşaqlarımızdan irsən götürürük" (Sem Levenson, (Brown, 1994).

"Müdriklik – yerinə görə göz yummağı bacarmaqdır" (Uilyam Ceyms, (Lazear, 1993).

Birbaşa təcrübə
Tərbiyə işini şəxsi təcrübə ilə öyrənmək mümkündür, amma o, qəliz müəllimdir: əvvəlcə tapşırıqları verir, sonra dərs öyrədir. Aşağıdakı duanı təkrar edin: "Allahım, mənə həyat dərsini şəxsi təcrübəmdə öyrətmə".

Yeddinci uydurma. *Əzabkeşliyi səhv başa düşmək*
Bəzi valideynlər xoşniyyətli olduqları üçün elə zənn edirlər ki, uşaqlarının həyatına işıq saçmaq üçün özlərini "yandırmalıdırlar". Onlar bunu dinin tələb etdiyini düşünürlər. Halbuki uşaqlar və var-dövlət həyata nəşə qatmalı, sevinc gətirməlidir. Deməli, bunlar əziyyət mənbəyi olmamalıdır.

> *"Mal-dövlət, oğul-uşaq bu dünyanın bərbəzəyidir. Əbədi qalan yaxşı əməllər isə Rəbbinin yanında həm savab, həm də (Allahın mərhəmətinə) ümid etibarı ilə daha xeyirlidir!" (əl-Kəhf, 46).*

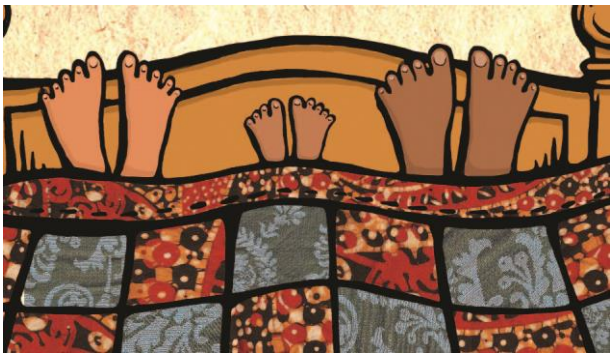
Səkkizinci uydurma. *Valideynlərin ilk məsuliyyəti uşaqlardır*
Əksinə, hər bir insan, ilk növbədə, özünə qarşı məsuliyyətli olmalıdır.

> *"O gün insan qaçacaq öz qardaşından;*
> *Anasından, atasından;*
> *Zövcəsindən və oğullarından!*
> *O gün onlardan hər birinin istənilən qədər işi olacaqdır!" (Əbəsə, 34-37).*

Özün, uşaqların və rəbbin arasında balansı qoru. Salman əl-Farisi rəvayət edir ki, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

“Rəbbinin sənin üzərində (ibadət) haqqı vardır. Bədəninin sənin üzərində (dincəlmə) haqqı vardır. Ailənin sənin üzərində (əzizləmə, yaxın olma) haqqı vardır. Haqq sahibinə haqqını ver” (İmam Buxari).

Hədisdən məlum olur ki, valideynlər sağlamlıqlarının qayğısına qalmalı, dostlar tapmalı, hətta iş məzuniyyəti götürüb istirahət etməlidirlər[1].



[1] Təbii ki, valideynin ilk vəzifəsi uşaqlarını tərbiyə etməkdir. Elə etmək lazımdır ki, uşaqların tərbiyəsi düzgün getsin, axsamalar baş verməsin; əks halda, bunun ağrısını gələcəkdə həm uşaqlar, həm də valideynlər çəkəcəkdir – ***tərcüməçinin qeydi.***

Tapşırıqlar

XXVII tapşırıq. Çətin şəxsi təcrübə

Valideyn olmağın nə üçün çətin olduğunu şəxsi təcrübəniz əsasında izah edə bilərsinizmi? Şəxsi çətinlikləri ailəliklə müzakirə edin. Bu çətinlikləri uşaqlarınıza danışın[2]. Ola bilsin ki, bu onlara həyatın real tərəflərini göstərsin.

XXVIII tapşırıq. Tərbiyə haqqında fikirlərin müzakirəsi

Ailənizlə olarkən aşağıdakı ayələri izah edin. Şəxsi fikirlərinizi müzakirəyə çıxarın, tərbiyə işinin əziyyət və əyləncəli tərəfləri haqqında danışın. Daha sonra tanıdığınız şəxslərin həyatından real misallar gətirin.

Bir valideyn demişdi: "Uşaqlar valideynlərini cəzalandırmaq üçün dünya gəlir". Amma Quranda deyilir:

> *"Mal-dövlət, oğul-uşaq bu dünyanın bərbəzəyidir. Əbədi qalan yaxşı əməllər isə Rəbbinin yanında həm savab, həm də (Allahın mərhəmətinə) ümid etibarilə daha xeyirlidir!" (əl-Kəhf, 46);*

> *"Ey iman gətirənlər! Şübhəsiz ki, zövcələrinizdən və övladınızdan sizə düşmən olanlar vardır. Onlardan özünüzü gözləyin! Amma onları əfv etsəniz, (təqsirlərindən) keçsəniz və bağışlasa-*

---

[2] Azyaşlılara bu barədə danışmaq onların valideynlərinə olan inamını müəyyən qədər zədələyə bilər. Çünki uşaqlar öz ata və analarını ideal görür, onları "fövqəlinsan" hesab edirlər. Fikrimizcə, bu cür söhbətləri yeniyetmə övladlarımıza ailə qurmazdan əvvəl danışmaqla onları bu çətin və məsuliyyətli işə hazırlamış olarıq – ***tərcüməçinin qeydi.***

nız (daha yaxşı olar). Çünki Allah bağışlayandır, rəhm edəndir!" (ət-Təğabun, 14);
"Həqiqətən, mal-dövlətiniz və oğul-uşağınız ancaq bir imtahandır. Ən böyük mükafat isə Allah dərgahındadır!" (ət-Təğabun, 15).

Yeddinci fəsil

İşlər pis gedərsə...

Giriş
Qəzəb, sözə baxmama, isterika və göz yaşı
Sözəbaxmayan uşaqları tərbiyə etmənin bəzi yolları
Hədə-qorxu: övladınız və siz
Əgər uşağınıza hədə-qorxu gəliblərsə, nə etmək lazımdır?
Yeniyetmələr: cavanlıq anlayışının tənqidi
Bizdə və yeniyetmələrdə qəzəb
Hiddət yoluxucudur!
Özümüz və yeniyetmələr üçün nə edə bilərik?
Yaxşı ünsiyyətin bəzi prinsipləri
Tapşırıqlar

Giriş

Bütün münasibətlərin yüz faiz uğurlu olmasına zəmanət yoxdur. Bu hal valideyn-uşaq münasibətlərinə də şamildir. İşlərin pisləşməsi ehtimalı mümkündür və adətən baş verir. Yenicə dünyaya gəlmiş övladına fəxrlə baxdığında ümidlənir və nikbinləşirsən. Allaha dua edirsən ki, sənə onunla vaxt keçirməyi nəsib etsin. Həmçinin ondan sevgi, itaət və ehtiram gözləyib düşünürsən: "Münasibətlərimiz necə də yaxşı olacaq!" On beş il sonra özün-özünə deyirsən: "Harada səhv etmişəm? Vəzifəmi ən yaxşı şəkildə yerinə yetirmiş və əlimdən gələni eləmişəm ki, uşaqlarıma sevgi, səliqə-sahman və iman üzrə tərbiyə verim. Necə oldu ki, o, yeniyetməlik yaşında vəhşiyə çevrildi?"

Bir ata əla qiymətlərlə oxuyan, sağlam oğlunun psixoloji problemlərinin, emosional çatışmazlığının olduğunu öyrəndikdə şoka düşmüşdü. Elə olur ki, bəzi valideynlər uşaqlarının psixoloji-emosional problemlərdən əziyyət çəkdiyini bilmirlər. Halbuki övladları məktəbdə yaxşı oxuyur, fiziki və zehni baxımdan sağlam görünürlər. Bəzən uşaq sinifdə birinci olur, amma onun psixoloji problemlər vardır. Mümkündür ki, müəllimləri və ya dostları, ya da qohumlar uşaqda psixoloji pozuqluq ehtimalı haqqında valideynlərə xəbər versinlər. Bu vaxt valideynlər məsələyə ciddi yanaşmalı, lazımi addımlar atmalıdırlar.

Ana deyir: "Yaxşı mənzildə yaşamışıq. Uşaqlarımız ən yaxşı məktəblərə gedirdi. Onlarla çox vaxt keçirir, gəzməyə gedir, çadır qurur, buzda sürüşür, dənizdə üzürdük. Amma oğlumuz indi həbsdədir. Bir gecə mağazadan oğurluq edərkən yaxalanmış, ayağından güllə yarası almışdı. Hey özümüzə sual verirdik ki, nəyi düz etməmişik.

Oğlumuz mağazadan oğurluq etmək qərarına gəlmiş gənclərlə dostluq etməyə başlayanda 23 yaşı vardı".

Bu fəsildə valideyn və uşaqlar arasında münasibətlər pisləşdikdə edilməsi mümkün məsələlərdən danışılacaqdır. Yaxşı olardı ki, əsas diqqətimizi problem və çətinliklərə necə münasibət bəsləyəcəyimizə yönəldək. Keçmişə davamlı şəkildə qayıtmayaq, özümüzə tez-tez bu sualı verək: Valideyn olaraq öz vəzifəmizi harada yanlış yerinə yetirmişik?
Bu fəsildə həm də yeniyetmələrdə hirslənmə, isterika, qorxutma və pis davranış problemlərinə toxunulacaq, uşaqlarımızla aramızda yaranmış problemləri həll etməyin əyani vasitəsi kimi açıq ünsiyyət haqqında danışılacaqdır. Ümumiyyətlə, mürəkkəbliyindən asılı olmayaraq, elə bir problem yoxdur ki, həlli tapılmasın.
Ailədə işlər pisləşərsə – əksər hallarda bu baş verir, – bunun günahını dərhal valideynlərin üstünə atmaq doğru olmazdı. Problemlərin səbəbkarı kimi heç də həmişə ata və ana çıxış etmir. Və ya onlar qəsdən səhvə yol vermirlər. Oğlunuz və ya qızınız davamlı şəkildə dəyişirlər. Uşaqlıqdan yeniyetməliyə keçid zamanı problemlər yaranır. Bunun üçün özünüzü, yaxud həyat yoldaşınızı danlamayın. Valideynlər tərbiyə zamanı ortaya çıxan çətinliklərdən qorxmamalıdırlar. Unutmaq olmaz ki, düzgün tərbiyə ilə bu çətinlikləri aradan qaldırmaq mümkündür. Bu zaman tərbiyə səmərəli təcrübə formalaşdırır. Ümidlər, arzular, dualar, müxtəlif bilik və bacarıqlar, başqa valideynlərin şəxsi təcrübəsinə əsaslanan tövsiyələrindən istifadə – bütün bunlar tərbiyə işində uğur qazanmağa zəmanət verir.

Qəzəb, sözə baxmama, isterika və göz yaşı

Uşaqlar hər gün böyüyür və öyrənirlər. Bu vaxt ərzində onlar valideynlərin nəzarəti və hökmranlığının dərəcəsini yoxlayırlar. Bəzən bu hal "iradələrin savaşı"na çevrilir. Heç bir yolagətirmə cəhdi tərs uşaqların qışqırığını dayandıra bilmir. Uşaqlar istədiklərini qəbul etdirmək üçün

evdəki hər kəsə əziyyət verməkdə davam edirlər. Elə də olur ki, dayanmadan ağlayırlar. Məqsəd diqqəti özlərinə cəlb etməkdir. Bu minvalla valideynlərinə təsir göstərməyi bacarırlar. Təsir o dərəcədə güclü olur ki, ata və ana bəzən uşaqlara qoşulub ağlayırlar. Bu vaxt onlar çıxış yolunu uşaqların istəyinə tabe olmaqda görürlər. Əslində bu səhvdir. Çünki bu cür təslimçilik uşaqlarda belə bir təsəvvür yaradır ki, eyni üsulla diqqəti cəlb etmək həmişə "bar" verəcəkdir. Həmçinin qışqırmaq, vurmaq və məcbur etmək problemi həll etmir. Həll yolu düşünülmüş nizam-intizamdır: uşaqlara sizə aid qaydalara hörmət etməyi öyrədin, onlara ağalığı bir kənara qoyun!

Sözəbaxmayan uşaqları tərbiyə etməyin bəzi yolları

– Pis davranışların nə ilə nəticələnəcəyini nəzərə alaraq sakit səslə danışın. Uşaqların diqqətinə çatdırın ki, konkret itaətsizlik nə ilə nəticələnə bilər. Bu işə yaramazsa, səsli və gözlə ünsiyyətə üstünlük verin. Bu hər hansı işdən əvvəl ilk addım hesab olunur. Qətiyyətli, amma sakit səslə danışın, qışqırmayın.

– Uşağınıza zarafat etmədiyinizi, əksinə, ciddi olduğunuzu göstərin, birbaşa gözlərinə baxın. Tələbinizi bir neçə dəfə sakit və aydın şəkildə təkrarlayın. Əgər qulaq asmazsa, yaxınlaşın, bir dəfə də sakit səslə təkrar edin.

– Faydası olmazsa, cəzalar tətbiq edin. Sizə qulaq asmazsa, başına gələcək şeyləri ona bildirin. Bunu etməsəniz, sizi ciddiyə almayacaqdır. Əgər qışqırarsa, ufuldayarsa, hirslənərsə, eyni tərzdə qarşılıq verməyin. Uşağa xatırladın ki, cəzalandırılmaya bilərdi, amma o özü bu seçimi edib. Bununla yanaşı, ona cəzalandıracağınızı hiss etdirin. Başa düşdüyünə əmin olduqdan sonra baş verənlərdən dərs çıxarmağı üçün vaxt verin, dərhal reaksiya verəcəyini gözləməyin.

– Bir neçə cəzalandırma üsulundan istifadə edə bilərsiniz. Uşağınızı müşahidə edin, nəyi xoşladığını öyrənin və onu həmin şeydən müvəqqəti olaraq məhrum edin. Bunlar sev-

diyi oyuncaqlar, yaxud harasa getmək ola bilər. Peşman olub sözə baxarsa, yaxşı hərəkət etdiyi üçün onu sevginizlə mükafatlandırın. Əgər özünü pis aparmaqda davam edərsə, bir neçə formada onu cəzalandırın. Bu vaxt nə üçün cəzalandırıldığını ona izah edin.

– "İtaətsizlik zonası" ayırın. Yaramazlıq edən uşağı üzr istəyənədək orada "həbs edin" və öz işinizlə məşğul olun. Elə ki etdiyinə görə üzr istədi, mövcud əhval-ruhiyyəni dəyişmək üçün onu dərhal bağışlayın, baş verənləri unudun. "İtaətsizlik zonası" ideyası – adını nə qoyursunuzsa, qoyun – uşağa hiss etdirir ki, tək qalmışdır və başqaları ilə olmaq imkanından məhrum edilmişdir. Seçilmiş "zona"da uşağınızla danışmayın. Bu zona cansıxıcı, sakit olmalıdır. Bu məqsədlə uşağın yataq otağını seçməyin. Uşağınıza həmin yerə getməyi əmr etdiyinizdə orada qalma vaxtını da müəyyən edin. Əgər özünü müdafiə etmək üçün danışmağa cəhd edərsə və ya hirslənərsə, fikir verməyin.

– Uşağınızı həvəsləndirin, mükafatlandırın, amma yaxşı davranmağı, səs salmamağı üçün, yaxud isterikası tutduqda "rüşvət" verməyin. Bu cür axmaq təcrübənin uşaqlara faydası yoxdur.

Hədə-qorxu: övladınız və siz

Qorxutmanın, hədə-qorxu gəlmənin uşaqlara mənfi təsiri vardır. Gözünü qorxutma halları uşaqda ürkəklik yaradır, əsəblərini korlayır, onda psixoloji kompleksləri inkişaf etdirir. Uşaq çox vaxt həmyaşıdları tərəfindən lağa qoyulur, sıxışdırılır, hücuma məruz qalır. Valideynlər bu məsələdə diqqətli olmalıdırlar. Çünki uşaqların çoxu bu cür hallara məruz qaldıqda baş verənləri valideynlərinə danışmaqdan qorxurlar. Uşağınızın hər bir qeyri-adi davranışına diqqət yetirin. Belə şey olarsa, ehmalca münasibət bildirin. İngilisdilli www.bullying.co.uk saytı sözügedən problemin həlli üçün yaradılmışdır. Bu saytda oxuyuruq:

“Gözümçıxdıya salındıqları üçün hər il Birləşmiş Krallıqda 16 uşaq özünü öldürməyə cəhd göstərir. Məktəblərin reaksiyası adətən belə olur ki, baş verənlərdən xəbərləri yox imiş. Lakin gözümçıxdıya salınan uşaqlar və səbəbkarlar nəyin baş verdiyini yaxşı bilirlər. Hədə-qorxu üzündən onlardan biri öldükdə, yaxud tibbi və ya psixoloji müalicə tələb edən xəstəliyə tutulduqda peşmanlıq fayda vermir”.

“Bullying online” saytı övladınızın hədə-qorxuya məruz qaldığını göstərən “əlamət”lərin siyahısını təqdim edir:

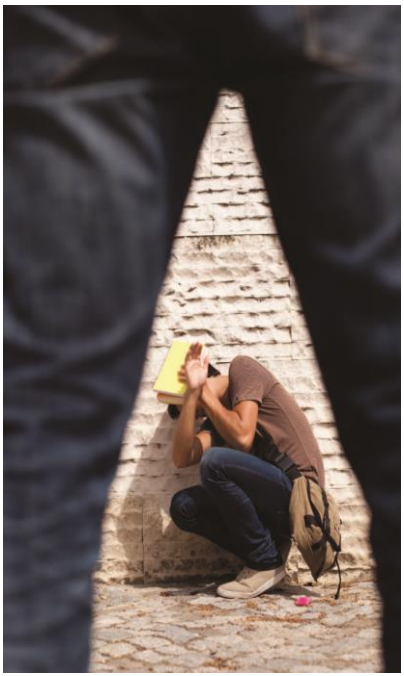
- cırılmış paltar
- “itirilmiş” pullar
- əvvəlki dostlarla münasibətlərin kəsilməsi
- pis əhval-ruhiyyə
- sakitlik və qapalılıq
- evdə qalmaq istəyi
- bacı və qardaşlarına qarşı aqressivlik
- uşaq dərslərdə geri qalır
- uşaq pis yatır
- uşaq narahatdır
- uşaq evə yaralanmış halda, sir-sifəti cızılmış və göyərmiş vəziyyətdə gəlir
- Uşaq “itmiş” şeylərin əvəzinə yenilərinin alınmasını istəyir

Əgər uşağınıza hədə-qorxu gəliblərsə, nə etmək lazımdır?

Uşaqların çoxu hədə-qorxuya məruz qaldıqlarını danışmaq istəmirlər. Odur ki valideynlər əvvəlcə bu problemi həll etməyi bacarmalıdırlar. Həll yolu budur ki, təzyiq göstərməyin, qəti cavablar tələb etməyin, birbaşa sual verməyin. Ondan, məsələn, soruşa bilərsiniz: “Bu gün dərslərin necə keçdi?” Bəlkə də, bu sual baş verənlər haqqında zəruri məlumatların əldə edilməsinə kömək edəcəkdir.

Bir çox uşaq gündəlik dərs həyatı haqqında danışmaq istəmir, yuxarıdakı sualı şəxsi işlərinə müdaxilə kimi qiymətləndirir. Uşaqların qeyri-adi davranışları hiss edə bilmək çox vacibdir.

Valideynlərinə məktəbdəki hədə-qorxu, yaxud özlərini bədbəxt hiss etmələri haqqında danışmaq üçün uşaqlar özlərini sakit və arxayın hiss etməlidirlər. Açıq ünsiyyəti uşaqlara kiçik yaşlarından öyrətmək lazımdır. Belə olarsa, uşaqlar valideynlərinə öz qorxuları haqqında açıq şəkildə danışacaqlar. Belə uşaqlar özlərini valideynlərinə yaxın hiss edir, onlarla öz problemləri haqqında rahatlıqla söhbət etməyi bacarırlar. Əgər uşağınız sizə güvənmirsə, yaxud sizdən çəkinirsə, ondan "Nə baş verib?" sualına cavab gözləmək faydasızdır.



Problemin həllinə kömək edəcək addımlar

– Bir çox məktəbdə xüsusi xidmət (psixoloji dəstək) fəaliyyət göstərir. Əvvəlcə, məktəbə müraciət edin, uşağı-nızın müəllimləri ilə görüşüb söhbət edin.

– Uşağınıza haqsızlıqlara eyni ilə qarşılıq verməyi öyrətməyin. Çünki bu, problemi həll etmir, bəlkə də, daha çox problemə səbəb olur. Əgər uşağınız ona haqsızlıq edənə adekvat olmayan formada zərər vurarsa, mümkündür ki, onu cəzalandırsınlar, yaxud məktəbdən çıxarsınlar. Bu da problemin həlli deyildir.

– Təmkinli olun, hay-küy salmayın, övladınızı gözümçıxdıya salmış uşağın valideynlərini ilə əlaqə saxlamağa tələsməyin. Bəzən bu, münaqişəni dərinləşdirir. Lakin vəziyyət getdikcə pisləşərsə, həmin uşağın valideynləri ilə məktəbin səlahiyyətli nümayəndəsi əlaqə saxlasın.

– Gözümçıxdıyasalma halının davam etmədiyinə əmin olmaq üçün uşaqla mütəmadi şəkildə söhbət edin. Əgər incidilmə davam edirsə, məktəbin səlahiyyətli nümayəndəsi ilə əlaqə saxlayın.

– Hədə-qorxu gələnlərə davam gətirməsi üçün uşağınıza enerjili olmaqda kömək edin, onda özünəinam hissini möhkəmlədin. Özünümüdafiə kursları, idman təlimi də kara gələ bilər.

– Uşağa özünəkömək strategiyalarını öyrədin. Ona deyin ki, təhlükə hiss etdikdə böyüklərdən kömək istəsin. Kimdən və necə kömək istəyəcəyini öyrədin. Əlaqədar vəziyyətlərdə nə edəcəklərini onlara məşq etdirin. Bunun üçün səhnə təşkil edin və rolları bölüşün. Uşağa başa salın ki, bunu valideynə və ya müəllimə xəbər vermək çox zəruridir və bunda utanacaq heç nə yoxdur.

– Müəllimlərdən xahiş edin ki, tənəffüs, yaxud nahar vaxtı uşağınız üçün təhlükəsiz yerdə məşğələ müəyyən etsinlər.

– İxtisaslaşdırılmış internet saytlarına kömək üçün müraciət edin, məsləhət alın. “stopbullyingnow.hrsa.gov” saytı belə mənbələrdən biridir.

– Başqa valideynlərin analoji vəziyyətlərdə necə hərəkət etdiklərini öyrənin.

Yeniyetmələr: cavanlıq anlayışının tənqidi

Tərbiyə mərhələləri arasında, bəlkə də, ən çətini gənclik mərhələsidir. Professor İmadəddin Əhmədə görə, sərbəst mühitdə istənilən gəncin lider olmağı mümkündür. O, gəncliyə belə tərif verir: "Gənclik cinsi yetkinlik və yaşlılıq arasında mərhələdir". Əvvəllər belə hesab edilirdi ki, cinsi yetkinlik yaşına çatan şəxs artıq böyüyüb. Bir çox dinlərdə bu anlayış ayin və hökmlərlə konkretlik kəsb edir. Yəhudilikdə "mitzvah" ayini vardır. Bu ayində iştirak edən gənc deyir: "Bu gün mən kişi oldum". İslama görə, ilk aybaşı ilə qız qadın sayılır; cinsi yetkinlik yaşına çatan hər kəsə namaz qılmaq vacib olur. Məhz bu mərhələdə yeniyetmələri öhdəlik daşımağa alışdırmaq lazımdır. Bu onları məsuliyyətli və yetkin fərdlər olaraq tərbiyə etmək üçündür. İndiki dövrdə ümumi formal təhsil keçmiş təhsil sistemini əvəzləmişdir. Ümumi təhsili icbari təhsilə çevirmək üçün yeniyetmələrin özlərini böyüklər kimi aparmaqdan imtina etmələri lazım gəldi. Elə olur ki, yeniyetmələrin orta məktəb (17-18 yaş) və kollec (19-22 yaş) təhsilini başa vurmadıqca müəllim vəzifəsinə təyin edilməsinə icazə verilmir. Uşaqların valideynlərin funksiyalarını öz üzərinə götürmüş məktəb sisteminə təhkim edilməsi belə bir təsəvvür yaradır ki, yeniyetmələr uşaq olub böyük fərdlər deyildir. Bir çox ölkədə yetkinlik yaşı 18, yaxud 21 təyin edilib. Əslində uşaqlar təxminən 19 yaşında fiziki cəhətdən yetkinləşirlər. Zehni yetkinlik isə adətən bundan əvvəl baş verir. Hissi (emosional) yetkinlik yaşı isə fərdlərə görə dəyişir. Bəzi insanlar isə heç vaxt yetkin olmurlar.

Keçmişdə yeniyetmələrlə – gənclərlə həddi-buluğa çatmış fərdlər kimi davranmaq onlarda zehni qabiliyyətin, liderlik bacarığı və emosional yetkinliyin meydana çıxmasını sürətləndirirdi. Müasir nöqteyi-nəzər isə yeniyetmələrlə uşaq kimi rəftar etməyə çağırır. Bu da onlarda asılılıq şüurunu gücləndirir. Belə yeniyetmələrdə sərbəstlik hissi və özünüqiymətləndirmə şüuru zəif olur. Əvvəllər 15 yaşlı

şəxslər dərs deyir, ticarətlə məşğul olur, sosial həyatda, müharibələrdə iştirak edir, ailə qururdular. İndiki dövrdə isə bu yaş qrupu ilə uşaq kimi rəftar olunur. Onlar istənilən işlə məşğul olmazdan əvvəl kolleci, yaxud məktəbi bitirməlidirlər. Bəzən elə olur ki, elmi sahədə bitkin fiqura çevrilmək üçün doktorantura təhsilini gözləmək lazım gəlir. Gənclərə öhdəlik (məsuliyyət) yükləməyi təxirə salmaq bizə baha başa oturur. Əvvəla, heç də bütün gənclərə uzun-uzadı təhsil almaq lazım deyildir. Onların bir çoxu bu cür icbari təhsildən bezmişdir. Təhsil almağa ciddi yanaşanları isə uşaq kimi rəftar olunmaq əsəbiləşdirir. Bəziləri on altına yaşına çatmadıqları üçün ticarətlə məşğul ola bilmirlər. Nəticədə qeyri-qanuni ticarətə (narkotik maddələr və s.) əl atırlar. Pul qazanmalarına qanunvericiliyin imkan vermədiyi gənclər elə olur ki bandalara qoşulurlar. Daha yüksək təhsil almağa layiq olanlar isə sinif otaqlarında incik halda otururlar. Müayinələr göstərmişdir ki, onların çoxu "diqqətsizlik (dalğınlıq)" sindromundan əziyyət çəkir. Çünki düşüncələri müxtəlif yerlərdə dolaşır. Onlar tapşırıqlara qarşı diqqətli deyillər, çünki tapşırıqları bezdirici hesab edirlər, onda təşviq görmədiyini deyirlər. Həmçinin ehtiraslarını vaxtın-da evlənməklə təmin etmək imkanına sahib gənc oğlan və qızlar evlilik gecikdikdə sekslə məşğul olmaqdan imtina etmirlər. Onlar ya nikahdankənar uşaq dünyaya gətirir, ya da abortla bu "problem"dən xilas olurlar.

Bu problemlərin hüquqi həlli kitabımızın mövzusu deyildir. Valideynlər müasir cəmiyyətlərdə buraxılan səhvləri təkrarlamamalıdırlar. Həddi-buluğa çatmış gənclərlə uşaq kimi davranmayın. Onlarla işə yenicə qəbul edilmiş gənc həmkarlarınız kimi davranın. Unutmayın ki, onlar köməyə və təcrübəyə möhtacdırlar. Onlara hörmət edin, məsuliyyət şüuru aşılayın, daha çox məsuliyyət daşımağa həvəsləndirin. Həmçinin gənclərə bəzi maliyyə məsələlərində öhdəlik (istirahət günlərində işləmək və s.) yükləyin. Bununla da, onlara iş aləminə daxil olmağı və gəlir əldə etməyi öyrədəcəksiniz.

Bizdə və yeniyetmələrdə qəzəb

İngilis dilində “qəzəb” sözü “təhlükə” sözündən əvvəlində “de” hərfinin olmamağı ilə fərqlənir: anger – danger. Yeniyetmələrin qəzəblənməsi valideynlərin üz-üzə qaldığı ən çətin məsələlərdən biridir. Linda Lebel aşağıdakı iki misalı gətirməklə problemi təhlil etməyə cəhd göstərmişdir:

Birinci misal. Karen doqquzuncu sinifdə oxuyur. Düşünür ki, həyatda qiymətli və mühüm heç nə yoxdur. Ətrafa uyğunlaşmağa cəhd göstərsə də, alınmır. Çünki bir gün əvvəl məktəb teatrında çıxış etməyə cəhd göstərmiş, səhnəyə qalxdıqda donub qalmışdır. İndi məktəbdə hər kəs həmin gün baş verənləri bilir. Karen əmindir ki, uşaqlar həmin hadisəni xatırladıqda ona gülürlər. O onların nə düşündüyünü yaxşı bilir və deyir: “Onlar haqlıdırlar, çünki mən yaxşı deyiləm, bacarıqsızam”. Nəticədə Karen məktəbdə olan hər kəsə nifrət edir.

İkinci misal. Kris yataq otağının divarına bərk vurdu. Amma bu ona azlıq etdi: qazlı su şüşəsini evin böyük otağında yerə atdı, şirəli su otağın divarları və xalçasına yayıldı. Kris qışqırıb deyirdi: “Məni məcbur edə bilməzsən! Sənlə heç hara getməyəcəyəm! Nəyi istəyirəm onu edəcəyəm!” Daha sonra pilləkənlərlə düşüb ön qapıdan çıxdı. Atası onun arxasınca yü-

yürərək qışqırdı ki, evə qayıtsın. Amma Kris maşınına əyləşərək evdən uzaqlaşdı. Kris atasına hirslənmişdi. Onun evdə ailəsi ilə olmaqdan daha yaxşı işləri var. Onun öz dostları ilə xüsusi planları var. Atası isə buna imkan vermir. Kris deyir ki, həşiş çəkdikdə özünü yaxşı hiss edir.

Bu gənclərin ortaq cəhəti nədir?

Hər ikisi qəzəblidir, istədiklərinə nail ola bilmirlər; işlər onların istədiyi kimi getmir. Narazıdırlar. İstəyirlər ki, kimsə onların şəxsi həyatına müdaxilə etməsin. Dərk edirlər ki, heç də hər şey onların nəzarətində deyil.

Qəzəb hissdir, davranış deyildir.

Qeyz, narazılıq, hiddət və isterika hirslənmə formalarıdır. Yuxarıdakı misallardan məlum olur ki, Karen qəzəbini boğur, "geri çəkilir", Kris isə itaətsizlik göstərir, ev əşyalarını dağıdır. Onlar özlərinə kənardan baxmadıqca, nə üçün hirsləndiklərini təhlil etmədikcə eyni hərəkəti davam etdirəcəklər.

Qəzəb bəzən zərərli, bəzən də faydalıdır.

Qəzəb qorxulu hissdir. Fiziki və şifahi zorakılıqla, zərərlə, söz-söhbətlə, qeybətlə, cəmiyyətə zidd davranışlarla, masqara ilə, pis meyllərlə, psixoloji sarsıntı ilə müşayiət olunur. Bu da öz növbəsində münasibətləri korlayır, fəaliyyəti iflic edir, effektli düşünməyə mane olur, sağlamlığa zərər vurur, gələcəyi məhv edir. Qəzəbin müsbət tərəfi isə budur ki, problemin olduğunu üzə çıxarır. Çünki qəzəb adətən qorxunun doğurduğu ikinci dərəcəli emosiyadır. Həmçinin qəzəb yaşamağa mane olan problemlərlə mübarizəyə həvəs yaradır, qorxunun səbəblərini müəyyənləşdirməyə kömək edir.

Qəzəb hissi yaradan amillər

Təhqir	Narahatlıq	Dərmanlardan	Travma
Depressiya	Alkoqolizm	səhv istifadə	Hüzn

Hiddət yoluxucudur!

Yeniyetmələr bir çox emosional problemlə üz-üzə gəlirlər. Öz kimliyini müəyyənləşdirmə, valideynlərdən ayrı qalma, məqsəd və vasitələrin müəyyən edilməsi, həmyaşıdlarla münasibətlərin korlanması və sair belə problemlərdəndir. Yeniyetmələrlə valideynləri arasındakı münasibət davamlı şəkildə dəyişir. Onlar bu yaş dövründə daha çox sərbəst olurlar. Bu vəziyyət narazılıq və ümidsizliyə, həm valideynlərin, həm də yeniyetmələrin qəzəb və sərt reaksiyasına səbəb olur.

Biz, böyüklər hərəkətlərimiz üzərində işləmədikcə yeniyetmələrə davranışlarını dəyişdirməyə kömək edə bilməyəcəyik. Uşağı başa düşməli, ona qənaətbəxş cavab verməliyik. Məqsəd qəzəb hissini inkar etmək deyildir; əksinə, emosiyaları nəzarətdə saxlamaq, onları düzgün ifadə etməkdir.

Özümüz və yeniyetmələr üçün nə edə bilərik?

Yeniyetmə övladınızı dinləyin, hisslərini başa düşün, vəziyyətə onun gözü ilə baxın. Şəfqətli olun, amma təkid göstərin. Yeniyetməni danlamaq, yaxud ittiham etmək anlaşılmazlığı artırır. Ona nə hiss etdiyinizi danışın, faktlara müraciət edin, hazırkı ana uyğun davranın, keçmişə qayıtmayın, qayğı və sevgi bəxş edin. Hər kəsin "qazanclı" çıxacağı həll yolları tap-

mağa çalışın. Hər kəs üçün təbii sayılan hiddət və əsəbiləşmə vərdişə çevrilən acıqlılıq və qəddarlığa aparıb çıxarmamalıdır.
Əgər xroniki zorakılıq, ədavət, davamlı depressiya və intihar cəhdi mövcuddursa, mütəxəssis köməyinə müraciət edin.

Yaxşı ünsiyyətin bəzi prinsipləri

Xəyal dünyasında hər şey planlaşdırıldığı kimi gedir. Real aləmdə isə həmişə belə deyildir. Sağlam ünsiyyət olmazsa, valideynlər öz məqsədlərinə çata bilməyəcək, tətbiq etdikləri prinsiplər işə yaramayacaq, çəkdikləri zəhmət hədər gedəcəkdir.
İşlər pis gedərsə, qəzəblənib ümidsizləşməyin. Problemlər haqqında sakitcə düşünün, sağlam ünsiyyət üsullarına müraciət edin. Yaxşı ünsiyyətin bəzi prinsipləri vardır. Söhbət uşaqlar məktəbə getdikdə və yeniyetməlik yaşına qədəm qoyduqda meydana çıxan bir sıra problemləri (temperamentli dalaşma, isterika, iradə uğrunda mübarizə) həll etməyə kömək edən prinsiplərdən gedir.
İcazə verin uşaqlar danışsınlar. Onlara qulaq asdığınızda özündənrazı hal almayın, hövsələsizlik göstərməyin. Onları günlərini necə keçirdikləri haqqında danışmağa həvəsləndirin. Onlarda oxuduqlarını, yaxud müəyyən problemi müzakirə etmək həvəsi yaradın. Onların sözünü kəsməməyə çalışın. Təəssüf ki, keçmiş ailələrin nağıl, hekayə danışma, bərkdən oxuma ənənəsi indiki dövrdə vizual informasiya ilə (televizor, filmlər, internet) "qidalanma" təmayülü ilə əvəzlənib. Yeri gəlmişkən, sözlü ünsiyyətin özünəməxsus müsbət tərəfləri vardır: uşaqlara öz fikirlərini səlis və aydın ifadə etməyə kömək edir; onları daha çox savadlı edir; onlara hər hansı bir problemi valideynlər ilə müzakirə etmək bacarığı aşılayır. Düzdür, çox vaxt valideynlər axşama o qədər yorulurlar ki, danışmağa taqətləri qalmır. Amma uşağınızdan ötrü əziyyətə qatlaşmağa dəyər. Çünki söhbət etdiyiniz uşaq böyüyəcək və sizi təkcə yedirən, geydirən tərəf kimi deyil, həm də xeyirxah və

müdrik həmsöhbət olaraq qəbul edəcək, sizə güvənəcəklər.

Müvafiq söhbətlər uşaqlara ünsiyyət zamanı başqalarına, xüsusən valideynlərinə hörmət etməyi, onlarla yaxşı davranmağı öyrədir. Uşaqlarınızı alçaltmayın, onların özlərini axmaq hiss etmələrinə şərait yaratmayın. Hərəkətlərinizə nəzarət edin: özünüzü nəzakətli və diqqətli aparın, emosiyalarınızı nəzarətdə saxlayın. Elə edin ki, uşaqlar özlərini təhlükəsiz və qorunan hiss etsinlər. Unutmayın ki, özünəinam və əmin-amanlıq şəxsiyyətin düzgün formalaşmasına təsir edir.

Uşaqlarla intellektual müzakirələr aparın, müxtəlif nöqteyi-nəzərlər səsləndirib, müqayisələr aparın. Bu uşaqlara tənqidi düşünməyi öyrədəcək, intellektual bazalarını inkişaf etdirəcəkdir. Uşaqların bacarıqlarını əhəmiyyətsiz görməyin, müxtəlif mövzularda çıxış etdikləri nöqteyi-nəzərləri qiymətləndirin.

Axşam yeməyi söhbət üçün münasib vaxtdır. Əgər valideynlər televizoru söndürməyi, bir stol ətrafında yemək yeməyi vərdiş halına gətirsələr, bu onların həyatını uşaqlar böyüdükdə asanlaşdıracaqdır. Yemək əsnasında televizora baxmaq diqqəti dağıdır, münasibətlərin inkişafına mane olur. Halbuki bir süfrə ətrafında oturub söhbət etmək ailədaxili münasibətlərin möhkəmlənməsinə imkan yaradır.

Özünüzdən çıxmayın, vəziyyətə nəzarəti itirməyin, uşaqları qorxutmayın. Yaxşı olar ki, əsəbiləşdiyinizdə sakitləşənədək ünsiyyətə girməyəsiniz. İndiki dövrdə hələ də bəzi analar uşaqlarını, məsələn, gecə gəzməyə getməsinlər deyə uydurma məxluqlarla qorxudurlar. Qorxutmaq, sizcə, nəzarət üçün yaxşı vasitədirmi? Bəli, qorxutma nəticəsində uşaqlar evdə qalır, çölə çıxmır, ehtimal edilən hadisələrdən qorunurlar. Amma bunun onlara emosional zərəri də vardır. Uşaqlarda qeyri-rasional qorxu hissi yaranır. Böyüdüklərində qaranlıqdan, evdə tək qalmaqdan, balaca otaqlardan, heyvanlardan, ildırım və şimşəkdən, yad şəxslərdən qorxurlar. Və yeni-yeni qorxu formaları ilə mübarizə aparmaq lazım gəlir.

Valideynlərin qorxutma üsuluna müraciət etmələrinin bir səbəbi də onların nəticələri təhlil etmək bacarığına sahib olmamaqları, alternativ axtarışında hövsələsiz davranmaqlarıdır.

Uşaqlarla səviyyələrinə görə danışın, mehriban və xeyirxah davranın. Söhbət əsnasında əlinizi əllərinin üstünə sevgi ilə qoyun. Ona görə ki, doğmalıq hiss etsinlər, sizinlə olarkən duyğularını ifadə etməyi öyrənsinlər.

Tapşırıqlar

XXIX tapşırıq. Valideynlərlə yeniyetmələr üçün suallar və cavablar

Qəzəbin səbəbini öyrənib onu nəzarətdə saxlamağın yolu daxili aləmimizə nəzər salmaqdır. Yeniyetmələr və valideynlər birlikdə oturmalı, bir-birinə aşağıdakı sualları verməli, özləri haqqında danışmalıdırlar. Bütün bunlar özünüdərk üçündür. Bu tapşırıqda məqsəd müzakirə aparmaq olub, konkret və doğru cavablar tapmaq deyildir:

Qəzəb nədən yaranır?
Qəzəb hissini doğuran situasiyalar hansılardır?
Fikirlərim "lazımdır", "həmişə", "əsla" kimi icbarilik ifadə edən ibarələrlə başlanmır ki?
Ehtimallarım (gümanım) məntiqsiz və ağlabatmaz deyil ki?
Hansı konfliktləri hələ də həll edə bilməmişəm?
Ağrıya, itkiyə və qorxuya reaksiya verirəmmi?
Qəzəbləndiyimdə yaranan fiziki əlamətlərdən (tərləmə, təngnəfəslik, bir əlin yumulmuş barmaqlarını digər əlin ovuc hissəsinə vurmaq və əksinə) xəbərim varmı?
Qəzəbimi adətən necə ifadə edirəm?
Qəzəbimi nəyin, yaxud kimin üstünə tökürəm?
Qəzəbdən nə üçün istifadə edirəm: başqalarını qorxutmaq, yoxsa özümü təcrid etmək üçün?
Effektli ünsiyyət qura bilirəmmi?
Mənim üçün edilən şeylərə etməyi bacardığım şeylərdən çox diqqət yetirmirəm ki?
Hiss etdiklərimə görə məsuliyyət daşıyıramm?
Mən hisslərimi, yoxsa hisslərim məni idarə edir?

XXX tapşırıq. Problemlərin həlli məqsədilə fəaliyyətə keçmək

Aşağıdakı misalda göstərilmiş gəncin problemini siz necə həll edərsiniz? Rəyinizi Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* yanaşma tərzi ilə müqayisə edin.

"Bir cavan oğlan gələrək (uzaqdan) Peyğəmbərə *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* səsləndi:

– Mənə zina etməyə icazə verirsənmi?

İnsanlar dəhşətə gələrək, oğlanın üstünə qışqırdılar. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* buyurdu:

– Buraxın yanıma gəlsin.

Cavan oğlan yaxınlaşıb Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qarşısında əyləşdi. Peyğəmbər soruşdu:

– Anan üçün bunu istəyərsənmi?

Oğlan (tez) dilləndi:

– Xeyr, sənə qurban olum...

Peyğəmbər buyurdu:

– İnsanlar da bunu öz anaları üçün istəmirlər. Qızın üçün bunu istəyərsənmi?

– Xeyr, sənə qurban olum...

– İnsanlar da bunu öz qızları üçün istəmirlər. Bacın üçün bunu istəyərsənmi?

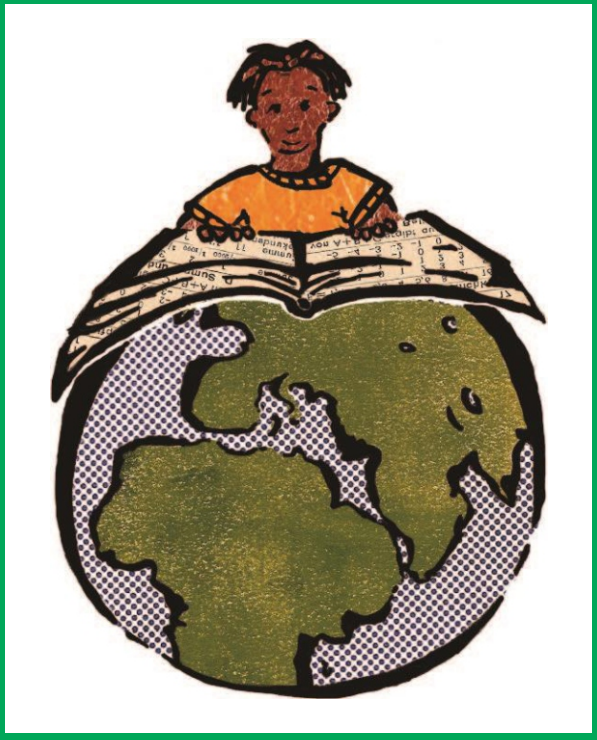
– Xeyr, sənə qurban olum...

Bundan sonra Peyğəmbər əlini gəncin köksünə qoyub dua etdi:

– Allahım, onun qəlbini təmizlə, günahlarını bağışla, övrət yerini günahdan qoru! Qoy zina qədər heç nə onda ikrah yaratmasın!" (İmam Əhməd).

Peyğəmbər cavan oğlana acıqlana, üstünə qışqıra bilərdi. Amma onu yanına çağırmışdı – bu, hissi davranışdır. Peyğəmbər cavan oğlanla şəfqətlə davranmışdı. Nəticədə bunun oğlana verdiyi öyüd-nəsihətə təsiri olmuşdu. Peyğəmbər gəncin ehtiram və qeyrət hissinə müraciət etməklə ona özünənəzarəti öyrətmişdi. Bununla yanaşı, Peyğəmbər əlini gəncin sinəsinə qoyaraq dua etmişdi. Məzəmmətləmək, danlamaq, qışqırmaq, cəhənnəm alovu ilə qorxutmaq cavan oğlana kömək edə bilməzdi.

Bu üsul bizə emosiyalara bələd olmaq və nəzəri biliklər arasındakı fərqi izah edir. Cavan oğlan cinsi instinktlərini təmin etmək üçün Peyğəmbərdən icazə istəmişdi. Peyğəmbər ona cəhənnəmlik günahlar haqqında öyüd-nəsihət verməmiş, mühazirə oxumamış, əksinə, onun qeyrət hissinə, saf vicdana səslənmişdi. Allahın elçisi dini-əxlaqi effekt əldə etmək üçün psixoloji metoddan istifadə etmişdi. Bu təcrübə müstəsna xarakter daşımır; əksinə, o bir məktəbdir və biz ondan çox şey öyrənə bilərik. Bu təcrübədə uşaqlarda inkişaf problemlərini həll etməyin üsulu göstərilmişdir.



II HİSSƏ

Uşaqların inkişafı

Səkkizinci fəsil
Xarakterin formalaşdırılmasını gecikdirmək olmaz

Doqquzuncu fəsil
Sağlam uşağa doğru

Onuncu fəsil
Əmizdirmə

On birinci fəsil
Uşaq beyni: istifadə edin, yoxsa itirəcəksiniz!

On ikinci fəsil
Oğlanlar və qızlar: bir-birindən fərqli deyillər ki?

On üçüncü fəsil
Cinsi əlaqə və cinsi tərbiyə: uşaqlara nə deməli?

Səkkizinci fəsil

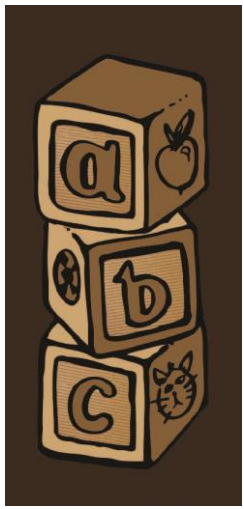
Xarakterin formalaşdırılmasını gecikdirmək olmaz

Giriş
İnkişaf mərhələləri
Psixoloji nəzəriyyələrə nə dərəcədə etibar etməliyik?
Quranda insanın inkişaf mərhələləri
Mayalanma, hamiləlik və doğuş möcüzəsi
Böyümə mərhələləri
Mütəxəssislər arasında “güvəc müharibələri"
Yeniyetmələri başa düşmək
İnkişaf mərhələlərindən istifadə
Şərqdə və Qərbdə əzbərləmə praktikası
Tapşırıqlar

Giriş

Əgər valideynlər sağlam tərbiyə işi ilə məşğul olmaq istəyirlərsə, əsas diqqəti, ilk növbədə, xarakterin formalaşdırılmasına verməlidirlər. Çünki digər bütün işlər buna əsaslanır. Əgər onlar bunu edərlərsə, nəticəsi çox müsbət olacaqdır.

Xarakterin formalaşması uşaqlıq yaşlarından başlanır. Uşaqlıq mərhələsində bir çox xarakterik xüsusiyyət təşəkkül tapır. Təəssüf ki, indiki dövrdə liderlik keyfiyyətlərinin öyrədilməsi treninqlərinin əksəriyyəti azyaşlılar üçün deyil, yeniyetmələr üçün təşkil olunur. Həmçinin müsəlman ölkələrində insan inkişafına dair nəşrlərin çoxu, əsasən, orta məktəblərin yeniyetmə şagirdləri, kollec tələbələri üçün nəzərdə tutulub.



Xarakteri formalaşdırmaq nə deməkdir? Cəsarət, sevgi, azadlıq, dürüstlük, etibar, məsuliyyətlilik, yaradıcılıq kimi başlıca dəyərlər xarakteri əmələ gətirir. Bütün bu xüsusiyyətlər erkən uşaqlıq dövründən inkişaf etməyə başlayır. Bu xarakterik xüsusiyyətlər aşılandıqda gələcəkdə onlardan imtina etmək və ya onları dəyişmək, yenidən formalaşdırmaq çətin olur. Bu xüsusiyyətlər insanın gələcək xarakterini formalaşdırdığından valideynlər onları bacardıqları qədər inkişaf etdirmək üçün vaxt və əmək sərf etməlidirlər. Müvəffəqiyyət qazanmaq üçün bilik, təcrübə və bacarıq tələb olunur, amma onları uşaqlıq mərhələsindən sonraya saxlamaq, yeniyetməlik yaşında inkişaf etdirmək mümkündür. Bilik, təcrübə və bacarıq baza prinsiplərinin yaxşılaşdırılmasına səbəb olur, insanların səviyyəsi və müdrikliyinin artmasında iştirak edir. Deyə bilərik ki, başlıca xarakterik xüsusiyyətlər insan şəxsiyyə-tinin texniki təminatını (hard-ware) əmələ gətirirsə, tərbiyə və

iman isə proqram təminatı (software) rolunu oynayır.

Şücaət təlimi kurslarına getsə də, qorxaq insan yeniyetməlik yaşlarında birdən-birə cəsur olmayacaqdır. Həmçinin sevgi və şəfqətə dair ədəbiyyat mütaliə etməklə ürəyində nifrət və sərtlik olan şəxs sevən, şəfqət və qayğı bəsləyən insana çevrilə bilməz. Yalançılar da dürüstlük və etibar haqqında öyüd-nəsihətə qulaq asmaqla doğru insana çevrilmirlər. Əgər bir insanın xarakteri artıq formalaşıbsa, onu sonradan dəyişmək asan deyildir. Münasib xarakterik xüsusiyyətləri şəxsiyyətin formalaşması mərhələsində – uşaqlıq dövründə aşılamaq həm asandır, həm də az vaxt aparır.

Əbubəkr əs-Siddiq, Ömər ibn əl-Xəttab, Xalid ibn Vəlid və digər səhabələri *(Allah onlardan razı qalsın!)* misal gətirmək mümkündür. Onlara cəsarət, dürüstlük və liderlik xas idi. Təbii ki, bütün bunlar hələ uşaq ikən onlara öyrədilmiş və aşılanmışdı. İslam onların xarakterinin formalaşmasını başa çatdırmış, onu iman, bilik və müdrikliklə möhkəmləndirmişdi. İslamı qəbul etmək bu insanları ruhlandırmış, mədəniyyət carçısı olmaq üçün onlara ilham vermişdi. Nəticədə, mənalı həyata, yeni dünyagörüşünə sahib olmuşdular. Yeni dini qəbul etmək xarakter "qala"sını zəiflətməmiş, əksinə, möhkəmlətmişdi.

Quranda göstərilir ki, insan yaş baxımından böyüdükdə Allah ona bilik və hikmət bəxş edir.

"(Musa) yetkinləşib kamilləşəndə (otuz-qırx yaşlarına çatanda) ona hikmət və elm verdik. Biz yaxşı əməl sahiblərini belə mükafatlandırırıq!" (əl-Qəsəs, 14).

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:
"İnsanların (müxtəlif) filizlərə oxşadığını görəcəksiniz. Onların Cahiliyyət dövründə yaxşı olanları islamı qəbul etdikdən sonra da yaxşı olaraq qalacaqlar. Təbii ki, islamı düzgün başa düşərlərsə" (Buxari və Müslim).

Həm polis işçisi, həm də cinayətkar cürətli olmalıdır. Amma polis insanlara xidmət edir, cinayətkar isə zərər vurur. Qoçaqlıq müsbət xarakter olsa da, düzgün tərbiyə edilmədikdə dağıdıcılığa xidmət edir.
Bir çox problemin həlli üçün islam mənbələrində göstərişlər mövcuddur. Amma məsələ ailə olduqda daha detallı biliklərə rast gəlirik. İslam hərtərəfli ailə sisteminin elementlərini müəyyənləşdirir, həyat yoldaşı seçmə, nişan və nikah məsələlərinə dair göstərişlər təqdim edir. Həmçinin bu dində cinsi davranış, hamiləlik, abort, doğum, körpəyə ad qoyma, əmizdirmə, uşağa qayğı, vəsiyyət, qəyyumluq, təlim-təhsil, cinslərarası oxşarlıqlar və fərqlər, miras, uşaqların hüquq və vəzifələri, yetimlərə qayğı, övladlığagötürmə, dulluq, valideynə

qayğı, uşaqları tərbiyə, boşanma, subsidiyalar, "iddət"[1], süddən kəsmə, menstruasiya, qardaşlararası münasibətlər, geniş ailə, ailədaxili bağlılıq, nənə-baba, nəvələr, qonşu, geyinmə tərzi və sair məsələlərə dair qaydalar mövcuddur.

Tərbiyə işinə gələcəyi qurmaq işi kimi baxmaq lazımdır. Çünki gələcəyi quran kadrların hazırlanmasında tərbiyənin rolu böyükdür. Söhbət yaradıcı ideoloqların, müdrik alimlərin, zəhmətkeş işçilərin, cəsur əsgərlərin, güclü idmançıların, böyük liderlərin yetişdirilməsindən gedir.

Övlad çətin tapmacadır

"Uşaq dünyası o dərəcədə fantastikdir ki, valideynlər onu başa düşməkdə çətinlik çəkirlər. Həmçinin elə mürəkkəbdir ki, valideynlər, mütəfəkkirlər, filosoflar, alimlər, psixoloqlar və təlimçilər onu dərindən öyrənə bilmirlər" (Abu al-Hub, 1979).

[1] Boşandıqdan və ya əri vəfat etdikdən sonra qadının yenidən evlənməsi üçün gözləməsi – ***tərcüməçinin qeydi***.

İnkişaf mərhələləri

Bu hissədə inkişaf mərhələlərinə toxunulacaqdır. Məqsəd valideynləri uşağın müxtəlif yaş mərhələlərində necə inkişaf etməsi haqqında məlumatla təmin etməkdir. Bununla da, onlar uşaqların hər mərhələ üzrə ehtiyaclarını daha yaxşı başa düşəcəklər. Biz hər mərhələnin fiziki və psixoloji inkişaf xüsusiyyətlərinə diqqət yetirəcək və göstərməyə çalışacağıq ki, tərbiyə işini səmərəli etmək üçün bu xüsusiyyətlərdən necə istifadə etmək olar.

Məsələn, bəzi analar məcbur edirlər ki, uşaq çoxlu yemək yesin. Bəzən elə olur ki, uşaqlar buna ciddi-cəhdlə müqavimət göstərirlər. Sonrakı mərhələdə vəziyyət dəyişir; uşaqların iştahası artır və onlar könüllü şəkildə çox yeməyə başlayırlar. Bunu onların yaşı tələb edir. O da baş verir ki, bu səbəblərdən yeniyetmələr valideynlərinə, ətrafa qarşı hirsli olurlar. Amma böyüdükcə təbii olaraq bu hisslər yox olur.

Həkimlər valideynlərə tövsiyə edirlər ki, böyümənin əsas momentlərinin və mərhələlərin əvəzlənmə vaxtının qeydini aparsınlar. Bu mərhələlərin qovşağında lazımi inkişaf gös-təricilərinin meydana çıxmamağı sağlamlıqla əlaqəli ciddi problemlərin ola biləcəyindən xəbər verir. Belə vəziyyətlərdə valideynin məlumatlı olmağı çox mühümdür. Ailə həkiminə mütəmadi şəkildə müraciət etməkdən çəkinmək lazım deyil. Yadda saxlamaq lazımdır ki, hər uşağın inkişafı fərdidir; hansı isə faktorlar ümumi göstəricilərlə və müddətlə üst-üstə düşməzsə, narahat olmağa dəyməz.

Psixoloji nəzəriyyələrə nə dərəcədə etibar etməliyik?

Müsəlmanlar geniş yayılmış müasir psixoloji nəzəriyyələrə, xüsusən insan inkişafı və davranışları ilə əlaqəli təsəvvürlərə münasibətdə ehtiyatlı olmalıdırlar. Çünki həm bu nəzəriyyələr davamlı şəkildə yenilənir, həm də psixoloqlar bir çox məsələdə ortaq məxrəcə gələ bilmirlər. Müsəlmanlar isə ilahi vəhyin göstə-

rişlərinə sahibdirlər. Bu da imkan verir ki, doğru yol qorunub-saxlansın, iki zidd nöqtə arasında mövqe tutulsun.

Məsələn, irsiyyət və tərbiyə, genetika və ətraf mühit məsələləri qızğın mübahisələrə səbəb olmuşdur: "Psixoloqlar yaxşı uşaq tərbiyə etməyin üsulunu tapmaq məqsədilə bir əsrdir apardıqları axtarışa son qoymalıdırlar; ona görə yox ki, həmin üsulu tapıblar; ona görə ki, bu üsul ümumiyyətlə mövcud deyildir" (Rayt, 1998).

Yudif Harris qeyd edir ki, uşaqlar arasındakı fərdi fərqlərin yarısı irsi deyildir. Ətraf mühitin təsiri evdən kənarda baş verir. Belə ki uşaqlar həmyaşıdlarının dəyərlərini mənimsəyir, yerli şəraitə uyğunlaşır, ətraf mühitin dağıdıcı təsirinə məruz qalırlar. Onlar özlərini sərt, mülayim, qəribə, zəif, axmaq, pis kimi göstərirlər. Onlarda xarakter cizgiləri formalaşmağa başlayır. Valideynlər evdə davranış formalaşdıra bilərlər, amma daha geniş dünyaya çıxmaqla uşaq fərqli insana çevrilir.

"Sehrli" cədvəllərlə yaxşı uşaq tərbiyə etmək barədə deyilənlərə inanmaq lazım deyildir. Genetiklər davranışları öyrənərkən görmüşdülər ki, birlikdə tərbiyə almış əkizlər bir-birinə ayrı-ayrı tərbiyə edilmiş əkizlərdən daha oxşardırlar. Əkizlərin xarakterinə onların doğulma ardıcıllığı da təsir göstərir. O da mümkündür ki, gənc əkizlər valideynləri tərəfindən fərqli münasibət görmüş, yaxud öz kiçik dünyalarında başqa problemlərlə qarşılaşmışlar. Məsələn, onları qardaşları və bacıları incitmişdir.

Arkanzasda bir oğlan məktəb yoldaşlarına atəş açdığı halda, qardaşı eyni hərəkəti etməmişdir. Nə üçün? Evdə kiçik qardaşından az sevildiyi, yoxsa məktəbə uyğunlaşa bilmədiyi üçün bu addımı atmışdır? Bəlkə, başqa şagirdlər tərəfindən məktəbin həyətində incidildiyi üçün qatilə çevrilmişdir? Bəlkə, valideynlərin qardaşına uyğun gələn tərbiyə üsulu ona təsir etməmişdir? Bəlkə, hər bir uşağın ehtiyacına uyğun tərbiyə üsulu seçilməlidir? Görünən odur ki, kimsə səbəbi bilmir.

Tərbiyə işi həyəcan təbii çaldıqda valideynlər özlərinə yüksək qiymət verir, özlərini yalandan sakit göstərirlər. Əksi də olur: valideynlərin yersiz müdaxilələri uşaqların müqavimətinə tuş gəlir. Görürük ki, valideynlərdən acıqlı bir çox uşaq başqalarına meyl edir.

Valideynlər rahat ola bilərlər: elm sözügedən sualların çoxuna cavab verə bilmir. Elm resept təqdim edənədək gözləmək uzun çəkəcəkdir. Elə isə insanlar Allah və peyğəmbərlərinin stabil köməyinə möhtacdırlar.

Bu heç də psixoloji nəzəriyyələrdən tamamilə imtina etməyə çağırış deyildir. Amma uşaqları tərbiyədə ailələrə kömək etmək üçün ilahi vəhyin göstərişlərini ciddi şəkildə öyrənmək lazımdır.

Allahsız nəzəriyyələr bəşəriyyətə xeyirdən çox zərər verə bilər. Çıxış yolu ilahi vəhylə bəşəri bilikləri vəhdətdə götürməklə münasib tərbiyə üsulu tapmaqdan keçir.

Quranda insanın inkişaf mərhələləri

Aşağıdakı ayələrdə insan bədəninin müxtəlif inkişaf mərhələləri göstərilmişdir:

"Elə isə insan nədən yaradıldığına bir baxsın!

O, axıb tökülən bir sudan (nütfədən) yaradılmışdır.

(O su kişilərin) bel sümüyündən, (qadınların isə) köks sümüyündən çıxar!" (ət-Tariq, 5-7);

"Ey insanlar! Öləndən sonra yenidən diriləcəyinizə şübhəniz varsa (ilk yaradılışınızı yada salın). Həqiqətən, Biz sizi (babanız Adəmi) torpaqdan, sonra mənidən (nütfədən), sonra laxtalanmış qandan, daha sonra müəyyən, tam bir şəklə düşmüş və düşməmiş bir parça ətdən yaratdıq ki, (qüdrətimizi) sizə göstərək. İstədiyimizi ana bətnində müəyyən bir müddət saxlayar, sonra sizi (oradan) uşaq olaraq çıxardarıq. Sonra yetkinlik çağına yetişəsiniz deyə (sizi böyüdərik). Kiminiz (bu həddə çatmamış) vəfat edər, kiminiz də ömrün elə bir rəzil (ən ixtiyar) çağına çatdırılar ki, vaxtilə bildiyini (tamamilə unudub körpə uşaq kimi) bilməz olar. (Ey insan!) Sən yer üzünü qupquru görərsən. Biz ona yağmur endirdiyimiz zaman o, hərəkətə (cana) gəlib qabarar (yaxud xəmir kimi acıyar) və hər növ gözəl (meyvədən, bitkidən) bar gətirər" (əl-Həcc, 5);

"Allah sizi analarınızın bətnlərindən heç bir şey bilmədiyiniz halda çıxartdı. Sonra sizə qulaq, göz və qəlb verdi ki, şükür edəsiniz!" (ən-Nəhl, 78);

"Sizi zəif bir şeydən (nütfədən, bir qətrə sudan) yaradan, güc-süzlükdən (körpəlikdən) sonra qüvvətli (cavan) edən, qüvvətli olduqdan sonra (yenidən) taqətsiz (və qoca) edən Allahdır. O, istədiyini yaradır. O, biləndir, qadirdir!" (ər-Rum, 64);

"Biz, həqiqətən, insanı tərtəmiz palçıqdan yaratdıq.
Sonra onu (Adəm övladını) nütfə halında möhkəm bir yerdə (ana bətnində) yerləşdirdik.
Sonra nütfəni laxtalanmış qana çevirdik, sonra laxtalanmış qanı bir parça ət etdik, sonra o bir parça əti sümüklərə döndərdik, sonra sümükləri ətlə örtdük və daha sonra onu bambaşqa (yeni) bir məxluqat olaraq yaratdıq. Yaradanların ən gözəli olan Allah nə qədər uludur!
Sonra siz mütləq öləcəksiniz!
Sonra siz qiyamət günü yenidən dirildiləcəksiniz!" (əl-Muminun, 12-16).

Ayələrdə inkişafın aşağıdakı mərhələləri göstərilib:
Torpaq: su əlavə edildikdə gilə çevrilir. İnsanlar bu maddədən yaradılmışlar. İnsan torpaqdan yaradılmışdır, ondan da dirildiləcəkdir.
Eyni can (*nəfsi-vahidə*). İlk insanlar – Adəm və Həvva eyni candan (ruhdan) yaradılıb. Can sözü ərəb dilində qrammatik cəhətdən kişi cinsini bildirir. Cüt sözü isə həm kişi, həm də qadın cinsində olub kişi və qadını ifadə edir.
Təkrar törəmə, çoxalma. İlk cütlükdən başlayaraq təkrar törəmə aşağıdakı kimidir:
Nütfə. Mayalanmış yumurtacıq (sperma + yumurta) → **ələqə** (dişlənmiş ət parçasına oxşar şey) → **müzğə** (rüşeym) → **sümüklər** → **ət** (sümükləri örtür).
Digər yaradılış (hamiləlikdən təxminən dörd ay sonra). Rüşeym yeni inkişaf mərhələsinə keçir, insan formasını alır. O təkcə fiziki kütlə olmayıb, həm də ruha sahibdir. Belə rüşeymə valideynlərinin mirasından pay düşür. Bu canlı hüquqlara sahib olsa da, vəzifələri yoxdur.

Körpə (*tıflən*). Yeni doğulmuş insan, bilikləri sıfırdır, köməksizdir.
Süddənkəsmə (*fisaluhu*). Körpə iki ildən artıq olmayan müddətdə anasından süd əmir. Quranın beş ayəsində əmizdirməyə təşviq edilir.
Cinsi yetkinlik yaşı. Cinsi yetişkənlik mərhələsi (***hulm***) oğlanlarda sperma ifrazı, qızlarda isə aybaşı ilə başlanır. Bu da cinsiyyət hormonlarının aktivləşməsi ilə əlaqəlidir. Bu mərhələdə insan törətmə gücünə sahib olub valideynə çevrilə bilir.
Həddi-buluğ (*əşudd*). Yetkin kişi və qadına çevrilmə mərhələsi. Yusif Əliyə görə, tam qüvvətlilik dövrü 18-32 yaş arasındadır. Amma Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* on beş yaşlı oğlanlara döyüşdə iştirak etməyə icazə vermişdi. Bəzilərində yetişkənlik gecikə, bəzilərində isə vaxtından əvvəl baş verə bilir. Yetişkən şəxslər üçün təxminən qırx yaş müdriklik yaşı hesab olunur.
Yaşlılıq (qoca, ağsaqqal, ən həqir yaş, zəiflik). Yaddaş tədricən zəifləməyə başlayır. İnsan bildiyini unudur. Zəiflik getdikcə artır. Bu vaxtadək insan gücsüzlük, qüvvətlilik, tam qüvvətlilik, yenidən zəiflik, nəhayət, köməksiz qocalıq mərhələlərindən keçir.
Ölüm. Ölümün Yaradıcı tərəfindən müəyyən edilmiş vaxtı vardır. Torpaqdan yaranmış insan yenidən torpaq olur, qiyamət gününü gözləyir.
Dirilmə. Ölülərin dirilməsidir.

> *"Sizi də ondan (torpaqdan) yaratdıq. Sizi ora qaytaracaq və bir daha oradan (dirildib) çıxardacağıq. (Taha, 55).*

Ölümsüzlük. Ya əməllərimiz, yaxud Allahın mərhəməti sayəsində cənnətə düşəcəyik, ya da cəhənnəm həyatı bizi gözləyəcəkdir. Bununla da insanın yaradılma sikli fanidən – əbədiyyətə doğru başa çatacaqdır.

Quran bu mərhələlər əsasında qlobal perspektiv hasilə gətirir. İbtidada insanlar yox idi. Daha sonra Allah bir insan (can, ruh və bədən), ondan da həyat yoldaşını yaratdı (sonuncunun necə baş verdiyi məlum deyil, çünki Quranda bu barədə heç nə deyilmir). Onlar evləndilər. Nikah vasitəsilə törəyib-artmanın yeni forması meydana çıxdı. Rəsmi nikahla evlənmək cəmiyyətin ən mühüm təsisatı sayılan ailəni qorumaq məqsədi güdür.

Mayalanma, hamiləlik və doğuş möcüzəsi

De Oyen (1996) izah edir ki, atanın spermatozoidi ilə ananın yumurta hüceyrəsi birləşdikdə, yəni mayalanma baş verdikdə yenicə mayalanmış yumurtalığın ölçüsü vərəq üzərindəki nöqtə qədər olur. Dörd həftədən sonra rüşeymdə əksər orqanlar yaranır; balaca ürək döyünməyə başlayır. Bu vaxt rüşeymin uzunluğu bir düymədən (2.54 sm) azdır. Hamiləliyin dördüncü ayında ölçüsü altı düyməyə çatır. Əl və ayaq barmaqlarının, qaşların meydana gəlməsi ilə rüşeym insan formasını alır. Bu mərhələdə rüşeym öz-özünə tənəffüs ala bilmir, gözləri bağlıdır, amma anasının ürək döyüntülərini, səsini, ətrafdakı səs-küyü eşidir. Onun bu səsləri eşitməsi başını suya daxil etmiş şəxsin su altından səsləri eşitməsinə oxşayır. Rüşeym təpiklə vurur, dartınır, fırlanır, barmağını sorur, bəzən ana bətnindəki amniotik mayedən bir qədər udur və hıçqırır. Ana bütün bu hərəkətləri hiss edir. O bir az da böyüdükdə ata əlini gələcək ananın qarnına qoymaqla onun təpik atmaları və hıçqırıqlarını hiss edə bilir. Elə də olur ki, ana gecələri yata bilmir, çünki uşaq məhz ana uzanmış vəziyyətdə olarkən hərəkət etmək istəyir.

Ana çoxlu kalorili, qidalandırıcı yemək qəbul etməlidir ki, uşağın inkişafı normal getsin. Amma uşağın həcmi böyüdükcə ananın çox yeməsi asan olmayacaqdır. Çünki kifayət qədər yer qalmayıb! Hamiləliyin yeddinci ayında uşağın çəkisi çoxalır və ana onu daşımaqda, hərəkət etməkdə çətinlik çəkir. Hamilə anaların

xüsusi qayğı və diqqətə ehtiyacı vardır. Onlara bütün ev işlərində kömək etmək lazımdır. Təxminən doqquz ay sonra uşağın ana bətnindəki çəkisi 3-5 kiloqram, boyu isə 45-52 sm olur. Bu mərhələdə ana bətnində hərəkət etmək çətin olduğundan uşaq xarici aləmdə yeni həyata başlamaq "qərarına gəlir".

Doğuş saatı gəldikdə Allahın orqanizmdə yaratdığı ən güclü əzələ – analıq əzələsi uşağı çölə çıxarmaq üçün yığılmağa başlayır. Digər canlılarda olduğu kimi ananın da orqanizmi həkim köməyi olmadan uşaq dünyaya gətirməyə qabildir. Televizorda göstərilən şişirdilmiş dramatik səhnələrin əksinə olaraq, doğuş adətən təhlükəsiz keçir və xoş hadisə hesab olunur. Analıq əzələsinin yığılması ilə yaranan şiddətli doğuş ağrılarına baxmayaraq, analaların əksəriyyəti övladları naminə güclü və cəsur olur, gözəl körpələrini qolları arasına aldıqda ağrını unudurlar.

Allah hamiləlik zamanı qadının psixoloji vəziyyətini "gündən günə zəifləyərək" (***vəhnən alə vəhn***) kimi təsvir etmişdir. Yəni, ana gündən-günə zəifləyir, daha çox əziyyət çəkir. Elə olur ki, analar bəzən gicişmə hiss edir, ürəkləri sıxılır, tez inciyirlər; sevinc və kədər hissləri onlarda tez-tez bir-birini əvəz edir. Həmçinin tez-tez narahat olur, gərginlik keçirirlər. Allah Təala onlara icazə verib ki, sonradan qəzasını ödəmək şərti ilə Ramazan ayında oruc tutmasınlar. Doğuşdan sonrakı qırx gün ərzində analar namaz qılmağı dayandırırlar. Ər və qohumları qadına mənəvi cəhətdən dayaq olmalı, ev işlərini görməkdə ona kömək etməlidirlər. Sağlam qidalar təmin etməklə, yaxşı yatıb dincəlməyə şərait yaratmaqla ananın sağlamlığını zəmanət altına almaq lazımdır.

Böyümə mərhələləri

Fiziki və psixoloji inkişafın müxtəlif mərhələləri vardır. Hər mərhələyə xüsusi şəkildə yanaşmaq lazımdır. Qeyd olunmalıdır ki, hər mərhələ üçün göstərilmiş illər təxminidir.

Ömər ibn əl-Xəttab (Allah ondan razı qalsın!) və inkişaf mərhələləri

Həzrəti Ömər inkişafın aşağıdakı mərhələlərini müəyyən etmişdir:
Yeddi il ərzində uşaq tərbiyə olunur, qeydinə qalınır.
Yeddi il ərzində başqalarına kömək edəcək şəxsə çevrilir.
23 yaşında fiziki inkişafı, yəni boyun artması dayanır.
35 yaşında beyninin inkişafı başa çatır.
Bundan sonra inkişaf deyilən şey yoxdur, əksinə, təcrübə qazanmaq vardır.
("Tuffahə", 1979).

Xarakter nə vaxt formalaşır? Gələcəkdə onu dəyişdirmək mümkündürmü?

Bu sualların dəqiq cavabını kimsə bilmir, amma mövzuya dair ümumiləşdirmələr, hər bir halda, faydalıdır.
Aşağıda təxmini inkişaf mərhələləri göstərilmişdir:

Doğuş – ilk dörd ay

"ən-Nəhl" surəsinin 78-ci ayəsi təsdiqləyir ki, insan biliksiz doğulur. Allah Təala ona biliyi kəsb vasitələri olaraq qulaq, göz və ağıl vermişdir. Bunlara görə şükür etmək lazımdır.
İlk dörd ay ərzində uşağın baxışları kortəbiidir; o, ətrafa nəyisə sezmək üçün nəzər salmır. Uşaq ətrafa – insanların üzünə

baxmağa başlayır. O, başqalarından çox anasının üzünə baxır. O, qəfil səsdən ürkür, parlaq işıqdan gözləri qamaşır, qollarını dirsəkdən bükə və düzəldə, boynunu bir tərəfdən digərinə döndərə bilir. Tezliklə valideynlərinin səsini və üzünü tanımağa, gülümsəməyə, qığıldamağa, mızıldamağa başlayır. Dörd ayında uşaq öz bədəni üzərində dönə bilir. Adətən oğlan uşaqlarının başı qız uşaqlarınınkından bir az böyük olur (Spok, 1974).

Valideynlər uşağın peyvənd cədvəlinə xüsusi diqqət yetirməlidirlər. Bu yaşda uşağı atıb-tutmaq, silkələmək olmaz, çünki beyni tam şəkildə oturuşmayıb. Əgər uşaq dayanmadan ağlamağa başlayıbsa və istiliyi normaldırsa, deməli, ya yatmaq, ya yemək, ya gəzdirilmək, ya da bələyinin dəyişdirilməsini istəyir. Ya da mümkündür ki, nəyə isə ehtiyacı vardır, ona görə ağlayır. Uşağın ağlaması valideyn üçün ağrılı və çətin olsa da, təbiidir. Əgər uşaq hey ağlayırsa və onu sakitləşdirmək mümkün deyilsə, valideynlər uşaq həkiminə müraciət etməlidirlər.

5-18 ay

Bəlkə də, inkişafın bu mərhələsi həyata baxışın formalaşdığı ən mühüm mərhələdir. Uşaq özünü sərbəst hiss etməyə başlayır, süd şüşəsini özü tutmağa çalışır, uzun müddət bələkdə qalmaq istəmir və s.

Bu mərhələdə uşağın valideynə münasibəti formalaşır. Əgər valideynləri ona qarşı mehriban və istiqanlıdırsa, başqalarından da eynisini gözləyir. Valideynlərin sevgisi uşaqda sevgi hissini gücləndirir. Yox, əgər valideynlər soyuqqanlıdırsa, uşaq da eyni cür böyüyür, başqalarına ehtiyatla yanaşır. Şəxsi təsəvvürləri əsasında uşaqlar özlərinin istənən, yoxsa istənməyən, yaxşı və ya pis olmağı nəticəsinə gəlirlər. Nikbinlik və bədbinliyin kökləri məhz buradan başlanır.

Əgər uşaq valideynləri ilə az əlaqədə olubsa, ətrafa münasibət bəsləməsi çətinləşəcəkdir. Bu üzdən uşağın fiziki və hissi inkişafına əmizdirmənin təsiri böyükdür.

Bu mərhələdə uşaq hələ də iməkləmirsə və ya bir şeydən tutmadan dayana bilmirsə, səs çıxarmırsa, əşyalara işarə edə bilmirsə, valideynlər həkimə müraciət etməlidirlər. Uşaq altıaylıq ikən heç nəyə söykənmədən, kiminsə köməyi olmadan oturmağı, əşyalara çatmaq üçün bir əlindən istifadə etməyi, onu bir əlindən digər əlinə ötürməyi bacarmalı, kəkələməli, kimsə çağırdıqda öz adını tanımalıdır. Uşaqların əksəriyyəti bu mərhələdə bütün gecəni yatırlar. Adətən ilk diş altı ay ərzində çıxır.

Uşaq başını düz tutmağı bacarmalı, baxışları fokuslu olmalı, normal şəkildə görməli və eşitməlidir. Valideynlər uşağın ac olduğu üçün ağlamağını ata və ya anasını istədiyi üçün ağlamasından fərqləndirməyi bacarmalıdırlar. Ümumilikdə, qızlar oğlanlardan daha tez inkişaf edirlər. Məsələn, qızlar səs çıxaran oyuncaqları silkələməyi oğlanlardan tez öyrənirlər. Halbuki oğlanların fiziki inkişafı daha tez baş verir.

Doqquzuncu ayda uşaq sürünərək ona bəzən zərər verə biləcək əşyalara çatmağı öyrənir. O, səsləri anlayır, onları bəzən təqlid edir, kiçik əşyaları kəlbətinsayağı tutmağı, iki şeyi bir-birinə vurmağı öyrənir. Uşaq iməkləməyə başladıqda dünyası genişlənir. Bu mərhələdə bəzi uşaqlar ayaqları üzərində dayanmağa cəhd edir, mebeldən tutaraq gəzməyə təşəbbüs göstərirlər. Onlar toxunduqları bütün əşyaları ağızlarına aparırlar. Çünki əşyaları ağızları ilə hiss edirlər. Bəzən uşaqların əlləri elə yerlərə çatır ki, valideynlər həmin yaşda kiminsə bunu bacaracağını təsəvvürə belə gətirmirlər.

Uşaqlar bir yaşında gəzməyi, bir necə sözü tələffüz etməyi, qaşığı tutmağı bacarırlar, "ata" və "ana" deməyi öyrənirlər. Bu mərhələdə uşaq danlağın nə olduğunu başa düşmür, “yox” sözünün nə demək olduğunu dərk etmir. Uşağı davamlı şəkildə etdiyi arzuolunmaz işlərdən başqa işlərə istiqamətləndirmək çox mühümdür. Bir yaşdan qabaq

uşaqlar səhv davrandıqlarını dərk etmirlər. Bildikləri budur ki, təcrübədən keçirilməyə hazır, geniş dünya onları gözləyir.

1-2 yaşları arasında uşaq gəzməyi yaxşı öyrənir. Gəzməyi bacardığı üçün daha da sərbəst olur, əşyaları öyrənməkdən, yoxlamaqdan həzz almağa başlayır. Uşaq topa təpik vurmağı, qaçmağı, pilləkənlərlə çıxmağı, qələm və tabaşirlə cızma-qara etməyi bacarır. Bu mərhələdə yaxşı ilə pisi fərqləndirə bilmədiklərindən uşaqların hərəkətləri impulsivdir.

Bu yaşda uşaqlar məntiqin, kompromisin nə olduğunu dərk etmirlər. Valideynlər onları cəzalandırmağa tələsməməli, alternativ təqdim etməyə cəhd göstərməlidirlər. Həmçinin uşaqlara müəyyən qədər sərbəstlik verilməlidir. Qaydalar müəyyən qədər olmalıdır, ən mühümü isə valideyn nəzarətidir. Uşağı vəziyyətdən ayırıb xüsusi yerdə təcrid etmək nizam-intizam öyrətməyin üsullarından biridir.

Quran qiraətinə, sakit melodiyalara, təbiətdəki səslərə, münasib mahnılara, dini nəğmələrə, ritmlərə qulaq asmaq uşaqda beynin nitq və məntiqlə əlaqəli nahiyələrini inkişaf etdirir.

Valideynlər uşaqda diqqətin inkişafına nəzarət etməlidirlər. Onlar üçün müxtəlif fəaliyyət növləri (şəkil çəkmək, oyuncaqlar quraşdırmaq...) təşkil etməlidirlər. Əgər uşaq hələ də diqqətini cəmləyə bilmirsə, pediatra müraciət etmək lazımdır. İsterika (əsəb tutması) gözlənilməz ola bilər, amma bunun üçün narahat olmağa dəyməz. Eşitmə qabiliyyəti görmə bacarığından tez inkişaf edir, uşaq gur səslərə öyrəşir. Uşaqda görmə qabiliyyəti altı aydan sonra yaxşılaşır. Eşitmə və görmənin inkişafı ilə idrak inkişaf edir.

18-36 ay

Bu yaşda uşaqlarda özünüdərk şüuru formalaşır. Onlar həm sərbəst, həm də valideynlərdən asılı olduqlarını başa düşürlər. Uşaqlar əks istiqamətləri fərqləndirməyə cəhd edirlər: asılılıq və sərbəstlik, təmizlik və çirklilik, əməkdaşlıq və inadcıllıq, sevgi və ədavət. Üçüncü yaşın sonunda uşağın şəxsiyyəti sözəbaxanlıq yaxud özünəinam hissinin dərəcəsindən, anadangəlmə temperamentdən və bu gərgin mərhələdə valideynlərlə olan isti münasibətdən asılıdır.

Mütəxəssislər arasında "güvəc müharibələri"

Brezelton qeyd edir ki, valideynlər uşaqları tualetdən istifadəyə həvəsləndirməlidir. Onun fikrincə, güvəcə öyrəşdirmə iki yaşdan başlanmalıdır. Bu yaş dövrü imkan verir ki, uşaq təlimatlara uysun, göstərilənləri təkrarlasın.

Leyç deyir: "Uşağı 15 aydan əvvəl güvəcə öyrəşdirməyə cəhd göstərməyin, əks halda, başınızı itirəcəksiniz. Ümid etməyin ki, onlara üç yaşdan əvvəl bu işi görməkdə güvənə bilərsiniz. Uşağı sıxışdırmayın – bu, prosesi tormozlada bilər".

Rouzmond iddia edir ki, ana bu işdə gecikərsə, uşaq da iki yaşına gəlib çatarsa (ana hələ də uşağa bu işdə sərbəstlik verməzsə), uşaq düzgün şəkildə böyüməz, gələcəkdə davranış problemləri ilə qarşılaşar.

Araşdırmalar göstərmişdir ki, uşaqlar güvəcə oturmağı müxtəlif vaxtlarda öyrənirlər. Qız uşaqlarına güvəcdən istifadə etməyi öyrətmək təxminən altı ay çəkir (oğlan uşaqlarında bu rəqəm bir qədər böyükdür. Lemonick, 1999).

Məsələn, əgər valideynlər dominantlıq edirlərsə və uşaq da itaətkar təbiətə sahibdirsə, sonuncunun üzüyola və iradəsiz böyüməsi mümkündür. Əgər valideynlər sərtdirlərsə və uşağa onlara reaksiya bildirmək imkanı tanıyırlarsa, uşaq aqressiv olacaqdır. Yox, valideynlər səliqə-sahmana xüsusi əhəmiyyət verirlərsə, onların sözəbaxan uşağında təmizliyə qarşı həssaslıq lazımından artıq olacaqdır. Əgər təbiətcə narahat valideynlər uşağa həmişə nəzarət edib, onun üstündə əsirlərsə, uşağın xarakterinə başqalarından asılılıq hakim kəsiləcəkdir.

Psixoloqlar bu qənaətə gəlmişlər ki uşağın xarakteri üç yaşında formalaşır. Hər bir halda, bəzi xarakterik xüsusiyyətlər sonralar – sonrakı uşaqlıq və həddi-buluğ mərhələlərində, mühitin dəyişilməsi və kənar təsirlər nəticəsində, əhəmiyyətli şəkildə dəyişikliyə uğrayır. Bir sıra xüsusiyyətlər, elə olur ki, uşaqlıq mərhələsindən sonra təşəkkül tapır. Uşağın eyni və əks cinsin nümayəndələrinə münasibəti dostların və gələcəkdə həyat yoldaşının seçilməsinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir.

İlk iki ildə uşaq sürətlə böyüyür, dəyişilir, hər ay yeni şeylər öyrənir. Sonrakı mərhələdə onun inkişafı yavaşıyır; uşaq sürətlə gəzməyə, tullanmağa, yoxuşlara çıxmağa, əşyaları basdırmağa, üçtəkərli velosiped sürməyə başlayır. Onlar sözləri və hə-rəkətləri təqlid edir, tam oxşa-masa da, dairələr və kvadrat-lar çəkir, şəkil fraqment-lərindən ibarət sadə mozaikaları qura bilirlər. Bu yaşda onlara güvəcdən istifadəni öyrətmək lazımdır. Bu yaş dövründə uşaqlar kiçik cümlələr qurmağa başlayır, təxminən əlli söz bilirlər.

Uşaqların “nə üçün” sualları qarşısında valideynlər səbirli və təmkinli olmalıdırlar. Onlar, demək olar ki, hər şeyin səbəbini soruşurlar. Bu suallara səbirlə cavab vermək lazımdır. Həm həvəsləndirmə, həm də "fasilə"lərin verilməsi nizam-intizamı qorumağın yaxşı üsuludur. Bu mərhələdə

ünsiyyət vərdişlərini (kimdənsə nəyisə istəmək və başqaları ilə bölüşmək bacarığı və s.) öyrətmək olar.
Valideynlər görsələr ki, uşaqları qeyri-dəqiq danışır, başqa uşaqlarla qaynayıb-qarışmağa maraq göstərmir, tez-tez yıxılırlar, dalğındırlar, vaxt itirmədən ailə həkiminə, yaxud psixoterapevtə müraciət etməlidirlər.
Uşaqlar üç yaşa çatdıqda minimum 250 söz bilməlidirlər.

4-7 yaş

Dörd yaşında uşaqlar iki yaşında olduğundan az yeyirlər, çünki o qədər də sürətlə inkişaf etmirlər, aktivlikləri azalır. Uşaqlar yeniyetmə olanadək hər gün yeni şeylər öyrənirlər. Böyüyən uşaqlarda enerjinin səviyyəsi çox yüksəkdir. Onlar gəzmək, tullanmaq, qaçmaq istəyirlər. İş o yerə çatır ki, valideynləri onların iməkləmə dövrünə qayıtmasını arzulayırlar. Uşaqlar asanlıqla topu tutur, üçtəkərli velosipeddə şütüyürlər.
Bu yaş dövründə valideynlər uşaqlarına səhv davranışlarının səbəb və nəticələrini izah etməlidirlər, təbii ki, qısa və aydın şəkildə! Həvəsləndirin, yaxşı davranışları mükafatlandırın, pis davranışlara görə cəza kəsin. Uşaqda valideynə ifrat bağlılıq müşahidə etsəniz, diqqətli olun. Beş yaşından əvvəl uşağa güvəcdən istifadəni öyrədin. Uşaq bu yaşda təkbaşına, yaxud başqaları ilə fəal olmaq istəyir. Uşaqlar oğlanlar və qızlar arasındakı fərqi hiss edir, bədən orqanlarının adlarını bilmək istəyirlər. Bu, "soruşub-öyrənmə" mərhələsidir, çünki uşaqlar hər şey və hər kəs, o cümlədən haradan meydana çıxdıqları haqqında öyrənmək istəyirlər. Valideynlər bu suallara cavab tapmalıdırlar. Əks halda, uşaqlar bu suallara cavabları dostlarından soruşacaqlar. Çox güman ki, dostları onlara səhv məlumatlar verəcəklər (Cabir, 1977).
Uşaqlar tədricən daha emosional, daha temperamentli olur, hisslərə qapılırlar; onlarda əhval-ruhiyyə tez-tez dəyişir, sevgi nifrətlə, qəzəblə, sevinc hüznlə əvəzlənir. Uşaqlar qorxmağa başlayır, qaranlıqdan, heyvanlardan, ölümdən, Allahdan, o cümlədən valideynlərini itirməkdən, onlardan ayrı qalmaqdan qorxur-

lar. Uşaqlar qorxmağı valideynləri və ətrafdakı digər insanlardan öyrənirlər. Onlar hörümçəklərdən, əcaib yerlərdən, yüksək səslərdən qorxurlar (Cabir, 1977).

Uşaqlar bəzən başqalarını qısqanır, aqressivləşirlər. Bunun üçün mühümdür ki, valideynlər uşaqlarının hamısına eyni yaxşı münasibəti bəsləsinlər. Qardaşlarının Yusif peyğəmbəri qısqanıb incitmələri buna yaxşı misaldır.

Uşaqların yaşı artdıqca oğlanın atası ilə, qızın da anası ilə qaynayıb-qarışması daha çox əhəmiyyət kəsb edir. Oğlanlar atanı, məsələn, bağ işlərini, qızlar da anamı ev işlərini görərkən müşahidə edirlər. Valideynlər bir-birinə sevgi və ehtiram bəsləsələr, uşaqlarına nümunə olacaqlar. Birlikdə nə isə düzəltmək, oynamaq, mütaliə etmək, heyvanları yemləmək, namaz qılmaq uşaqlarda özünəinam, əminlik və açıq ünsiyyət hisslərini möhkəmlədəcəkdir.

Uşaqlar dini birgə ibadət edən valideynlərini müşahidə etməklə öyrənirlər. Xarici aləmlə tanışlıqdan əvvəl uşaqlara əxlaq dəyərləri aşılanarsa, böyüdüklərində, çox güman ki, düz əməllər işləyəcəklər.

7-14 yaş

Bu, ibtidai təhsil yaşı və yeniyetməliyin başlanğıcıdır. Oğlanlar və qızlar özlərini kişi və qadın kimi aparırlar. Bu dəyişikliklər, bir qayda olaraq, qızlarda 9-13, oğlanlarda 11-15 yaşlarında baş verir. Bu mərhələ yeniyetməlik mərhələsi adlanır. Çünki uşaqlar yetkinləşir, həddi-buluğa çatır, törətməyə qadir olurlar.

Uşaqlarda yeniyetməlik dövründə bir çox fiziki, zehni, hissi və psixoloji dəyişiklik baş verir. Dərk edirlər ki, görünüşləri dəyişilib və bir il əvvəlkindən fərqli düşünürlər.

Qızlar yeniyetməlik yaşında kökəlməyə meylli olurlar. Bu ani inkişafa hazırlıq üçündür. Onların boyu iki-üç aya bir neçə sm artır. Budları irilənir, süd vəziləri böyüməyə başlayır. Qoltuqaltı və qasıq nahiyələrində tüklər meydana çıxır. Oğlanlar da eyni sıçrayışla inkişaf edirlər. Elə olur ki, çox yeməyə başlayırlar. Çiyinləri genişlənməyə başlayır. Qoltuq altında, qasıq yerində, üz və sinədə tüklər yaranır, səs dəyişilib kişi səsinə oxşayır. Oğlanlar və qızlar bir neçə aydan bir ayaqqabı dəyişirlər. Valideynlər uşaqlara namaz qılmağı bu mərhələdə öyrətməlidirlər.

7-14 yaşlarında uşaqlarda aşağıdakı dəyişikliklər müşahidə olunur:

– Uşaqlar tənqidə qarşı həssasdırlar, asanlıqla qəzəblənirlər, daha çox emosionaldırlar.

– Uşaqlar həmyaşıdları ilə daha çox ünsiyyətdə olur, onların dəyər və əxlaq normalarını mənimsəyirlər. Buna görə də valideynlər ictimaiyyət arasında onların davranışlarına nəzarət etməlidirlər.

– Uşaqlar öz fikirlərini izah edərkən utanırlar. Onları bu işə həvəsləndirmək, fikirlərinə hörmətlə yanaşmaq lazımdır.

– Əzələləri sürətlə inkişaf edir, idmana (qaçma, dırmanma, üzgüçülük, futbol, basketbol) meylli olurlar.

– Öz zövqləri ilə yeyir, içir, geyinir, şəxsi təmizliyə diqqət yetirirlər. Onlara yemək, içmək və ictimai ünsiyyət qay-

dalarını öyrətməyin vaxtıdır. Onlara hər işdə dua etməyi öyrətmək lazımdır.
– Bu yaş mərhələsi cinsi fəaliyyətsizlik mərhələsidir. Onlar öz həmcinsləri ilə dostluq etməyə üstünlük verirlər. Jurnal və ya kitablarda cinsi istək yaradan şəkillərin onların əlinə düşməsinə, televiziya vasitəsilə erotik səhnələrə baxmaqlarına imkan vermək olmaz. Uşaqlar on yaşından sonra eyni çarpayıda qardaşları və bacıları ilə yatmamalıdırlar.

11-13 yaş: qızlarda aybaşı

11-13 yaşlarında əksər qızlarda aybaşı başlanır. Aybaşı olan qızların tənasül orqanından ayda təxminən 3-7 gün bir qədər qan axır. Bu onların cinsi yetişkənlik yaşına çatdıqlarını göstərir. Aybaşı vaxtı qanaxmanın ziyanı yoxdur. Bütün qadınların aybaşı olmağı təbii hadisədir. Aybaşı qanı analığın nazik daxili üzlüyündən təşkil olunur. İki yumurtalıq hər ay yumurta hüceyrə yaratmağa başlayır. Hər ay analıqda qanla dolmuş üzlük formalaşır. Bu üzlük rüşeymin inkişaf etdiyi "yuva"nı xatırladır. Spermatozoid olmadan yumurta hüceyrə böyümür, bununla da, üzlük "köhnəlir". Nəticədə, analıq aybaşı yolu ilə bu köhnəlmiş hüceyrələrdən təmizlənir. Bu təbii proses təxminən hər 27-30 gündən bir təkrarlanır.

Aybaşı ağrıları
Milyonlarla qadın aybaşının rahat olmadığından şikayətlənir. Aybaşı problemləri günlərlə davam edir, kəskin və orta ağrılar bir-birini əvəzləyir. Köpmə, qıcolmalar, süd vəzisi ucunun həssaslığı və ya ağrıları, miqren, kəskin və uzunmüddətli qanaxmalar, əhvalın korlanması, yorğunluq aybaşı vaxtı yaranmış simptomlardır (Kalb, 2003).

İlk aybaşı qızların həyatında mühüm hadisə sayılır. Bu o deməkdir ki, qız həddi-buluğ yaşına çatmış, gənc qadına çevrilmişdir. Bu vaxtdan etibarən o, dinin bütün vacib əməllərini (oruc, namaz, yad kişilərin yanında örtünmə) yerinə yetirməkdə cavabdehlik daşıyır. Allah Təala aybaşı vaxtı qadınlara oruc tutmamağa icazə vermişdir. Amma Ramazandan sonra qəza orucu tutulmalıdır. Aybaşı qadına namaz qılmaq, məsciddə oturmaq, Qurana toxunmaq qadağandır. Aybaşı vaxtı qılınmayan namazların qəzası yoxdur. Aybaşı qurtardıqdan sonra qadın təmizlənmək və namaza hazırlaşmaq üçün qüsl alır.

13-15 yaş: oğlanlar kişi olur

Cinsi yetkinlik yaşına çatan oğlanlarda spermatozoid yaranır. Onlar yuxuda ikən tənasül orqanları sərtləşə, sperma ifraz edə bilir. Bu pollyusiya adlanır. Spermatozoidlər sperma mayesinin içərisində olur. Sperma çıxdıqda alt paltarlar islanır. Spermanın çıxmasından narahat olmağa dəyməz. Bu göstərir ki, oğlan kişi olmuşdur və bioloji mənada ata olmağa hazırdır. Bundan etibarən yeniyetmə gənc dinin vacib göstərişlərini yerinə yetirməlidir. Bəzi gənclərdə pollyusiya baş vermir. Buna baxmayaraq, islam şəriətinə görə, oğlanlar 15 yaşından etibarən, yaxud onlarda cinsi yetkinliyin digər fiziki göstəriciləri (səsin kobudlaşması və s.) üzə çıxdıqda həddi-buluğa çatmış hesab olunurlar. Hər bir halda, oğlanlar və qızlar 12 yaşından etibarən, yeniyetməlik əlamətləri onlarda meydana çıxmasa da, müntəzəm şəkildə namaz qılıb oruc tutmalıdırlar.

> "Sənin çox gözəl uşağın var. On üç yaşına çatdıqda onu gremlin [2] uzaqlara aparacaq, yerinə sənə bir anlıq da olsun dinclik verməyən əcaib birisini qoyub gedəcəkdir" (Cil Eykenberi, Brown, 1994).

[2] **Gremlin**: ingilis folklorunda mifik obraz – ***tərcüməçinin qeydi.***

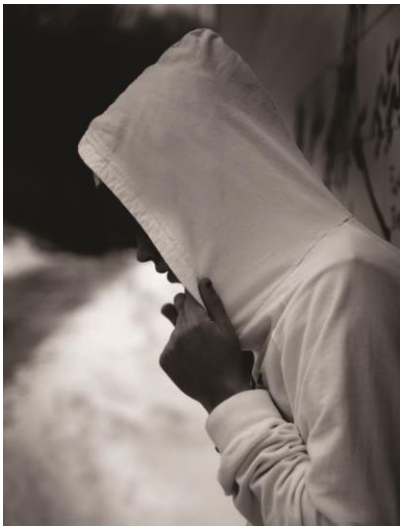
Bəzi gənclər sərtləşsin deyə tənasül orqanlarına toxunurlar. Toxunma və əlləmə nəticəsində sperma çıxır. Onlar spermanın tənasül orqanından sürətlə çıxması nəticəsində həzz alırlar. Bu, onanizm (kəfləmə) adlanır. Bəzi liberal cəmiyyətlərdə onanizmə təşviq edilir. Amma islam nə oğlanları, nə də qızları bu işə həvəsləndirmir. Cinsiyyət orqanını stimullaşdıran kimsə namazdan əvvəl dəstəmaz almalıdır. Yox, onanizmlə məşğul olubsa, qüsl almalıdır ki, namaz qıla bilsin.

14-21 yaş

Bu yaş dövründə oğlanların səsi yüksək və kobud olur, kişi səsinə daha çox oxşayır. Qızların səsi isə mehriban və incə olur. Oğlanlarda əzələlər böyüyür, qızlarda isə sinə qabarır. Qızların orqanizmində yağ nisbəti artır. Oğlanların ayaq və qolları uzanır, çiyinləri enli olur, pəncələri irilənir. Üzdə tük bitir, qoltuqaltı və qasıq nahiyələrində tüklər inkişaf edir. Ayaq və əllərin inkişafındakı müvəqqəti uyğunsuzluq qüsurlu gəzməyə və əşyalara münasibətdə naqolaylığa, yöndəmsizliyə səbəb olur. Hər şeyin normallaşması üçün vaxta ehtiyac vardır.

Yeniyetmələri başa düşmək

Bəzən yeniyetmələr qərar qəbul edərkən hisslərinin təsirində qalırlar. Hissləri düşüncələrinə üstün gəlir. Yeniyetmələr özlərinə çox fikir verir, vaxtın çoxunu xarici görünüşlərinin qayğısına qalmaqla keçirirlər. Məsələn, biri qabarıq ön dişlərini qaydaya salmaq üçün metal qurşaq geyi-



nir, digəri üzündəki sızanaqlara görə bərk narahat olur, üçüncüsü boyunun çox uzun, çəkisinin artıq olmağından şikayətlənir və s. Bədən-

dəki istənilən dəyişiklik yeniyetmələri əsəbiləşdirə bilir. Eləsi də var ki, iş tapmaq, təhsil alacağı universiteti, evlənəcəyi qızı müəyyənləşdirmək məsələsində bərk narahatlıq keçirir. Bütün bunlar gənclərin əhvalını pozur, onlarda narahatlıq və gərginlik yaradır.

Bədəndəki inkişaf hormonları da bəzən əhval-ruhiyyənin dəyişilməsinə səbəb olur. Oğlanlar səbəbsiz yerə gərgin hallar keçirir, əsəbiləşirlər. Qızlar isə ağlaya, adi şeydən hirslənə bilirlər. Bəzən gənclər onlarla böyüklər kimi davranılmasını istəyir, amma özlərini uşaq kimi aparırlar. Qeyd edək ki, bütün bu təzahürlər təbiidir, amma nəzarətdən çıxdıqda lazımi addımlar atılmalıdır. Sağlam insan emosiyalarına nəzarət etməyi öyrənir, bir şey etməzdən əvvəl dəfələrlə düşünür.

İbn Sinaya görə, Quranı uşağa fiziki və əqli baxımdan hazır olduqda öyrətmək lazımdır. Uşağa hərfləri və dinin əsaslarını öyrədin. Sonra ona əxlaq, biliyin üstünlüyü və cəhalətin tənqidi, xeyirxahlıq, valideynlərə ehtiram, zəiflər və kasıblara kömək etmək haqqında ayələr əzbərlədin. Uşaq Quranı və dili öyrəndikdən sonra onu hobbiləri, bacarıq və maraqları ilə üst-üstə düşən fəaliyyət növlərinə istiqamətləndirmək lazımdır (əl-İbraşi, 1976).

13-14 yaşlarında uşağın intellekti yaxşılaşır. Yeniyetmələr keçmişdə başa düşmədikləri mürəkkəb şeyləri dərk edirlər. Bu yaş dövrü gələcəkdə lazım olacaq bacarıqları (bişirmək, uşaqlara baxmaq, ev əşyalarını təmir etmək və s.) öyrənmək baxımından münasibdir. Yeniyetmələr ictimai bacarıqları mənimsəyirlər; başqaları ilə necə danışmağı, qaynayıb qarışmağı, müxtəlif qurum və cəmiyyətlərdə iştirak etməyi, özləri və ətrafa münasibətdə məsu-

liyyətli olmağı öyrənirlər. Təhsil almaqla yanaşı, işləməyi və ya könüllü fəaliyyətlə məşğul olmağı bacarırlar.

İslam bu yaş dövrü üçün aşağıdakı preventiv göstərişləri təqdim edir:

– qarşı cinsin nümayəndələrinə baxmamaq
– enerjini sərf etmək üçün idmanla məşğul olmaq
– bazar ertəsi və cümə axşamı günləri oruc tutmaq, başqaları ilə birlikdə iftar etmək
– başqa evə daxil olmazdan əvvəl icazə istəmək
– qarşı cinsin nümayəndəsi ilə təkbətək qalmamaq
– on yaşından sonra qardaş və bacıların ayrı-ayrı çarpayılarda yatması (eyni otaqda yatmaqları mümkündür). Maraqlıdır ki, İngiltərədə mənzil planlaşdırması oğlanlar və qızların 10 yaşından sonra ayrı-ayrı otaqlarda yatmalarını tələb edir (1985-ci il mənzil qanunu).

Mənəvi cəhətdən bəzi məsələləri nəzərə almağımız lazımdır:

Yeniyetməlik şəxsiyyətin formalaşdırılması mərhələsidir. Yeniyetmələrin tək qalmağa ehtiyacı vardır. Böyüdükcə bir çox şey: məsələn, "mən kiməm", "nə üçün mövcudam", "həyatın mahiyyəti nədən ibarətdir", "dünyada nə üçün bu qədər problem var" sualları haqqında düşünürlər. Bu mərhələdə onlar sual verir, cavab və yeni ideyalar axtarışına çıxırlar. Bəzən bu hal valideynləri ilə aralarında mübahisələrin yaranmasına səbəb olur. Yeniyetmələrin temperamentliliyi adətən 16-19 yaşlarında stabilləşir. Yetkin fərdə çevrilmə mərhələsi (11-19 yaş) uzun və çətin olub, ailənin bütün fərdlərindən səbir və anlaqlıq tələb edir.

Yeniyetmələr özlərinin abstraksiya bacarığını inkişaf etdirirlər. Onlar xəyal qurur, təsəvvürlərlə yaşayır, problemlərin baş verməsini qabaqcadan təxmin edir, həll yolları tapırlar. Əgər əvvəlki illərdə ancaq hal-hazırlarını düşünürdülərsə, hazırda isə keçmişi, indi və gələcəyi kompleks götürürlər. Onlar günlərin, həftələrin, ayların, illər və əsrlərin mənasını dərk edir, tarixi hiss etməyə başlayırlar. Bununla da, onların düşüncələri maddi şeyləri adlayaraq həyatın mahiyyətinə, məqsəd və vasitələrə, dəyərlər və əxlaqa, dünyanın əvvəli və sonuna, dünya və axirət həyatına yönəlir.

Yeniyetmələr dindarlıq şüurunu inkişaf etdirirlər. Yeniyetməlik dini oyanış mərhələsidir. Çünki yeniyetmələr günahlar, cənnət və cəhənnəm, tövbə, qiyamət, əbədilik, qəza və qədər, azadlıq, labüdlük haqqında öz nöqteyi-nəzərlərini təqdim edirlər. Onlar 20-28 yaşları ərzində həyata baxışda stabil və obyektiv olurlar.

Heç özünüzə sual vermişsinizmi ki, nə üçün müxtəlif ölkələrdə, o cümlədən Tunis, Türkiyə, Misir, Malayziya, İndoneziya, İran, ABŞ və sairdə geniş nümayişləri keçirənlər məhz tələbələrdir? Bu ona görədir ki, yeniyetmələr son dərəcə aktivdirlər, çılğındırlar, enerjilidirlər; onlar özlərinin islahatçı və radikal ideyalarına möhkəm inanırlar. Bütün bunlar keçdikləri mərhələnin xüsusiyyətləri ilə çox əlaqədardır.

Yeniyetmələrdə arzular və fantaziyalar çoxalır. Bu mərhələ arzular mərhələsidir. Arzular onların istəklərini ifadədə mühüm vasitə olub, zehni inkişafın formalarından biridir. Arzulamaq ifrata varmamaq şərti ilə təbii haldır.

Yeniyetmələr valideynlərindən başlayaraq hər kəsi tənqid edirlər. Yeniyetmələr valideynlərini, məsələn, geyim, yemək, zövq, qardaş və bacılarını tərbiyə üslubu kimi məsələlərdə tənqid edir, onları həmyaşıdlarının valideynləri ilə müqayisə edirlər. Elə olur ki, məktəblər, cəmiyyət, hökumət, maarifləndirmə işi onların tənqidinə tuş gəlir və onlar sosial islahat və dəyişikliyin radikal üsullarını mənimsəyirlər.

Yeniyetmələr idealizmə meyl göstərirlər. Həyat təcrübələri az olduğundan idealizm yeniyetmələr arasında geniş yayılıb.

Abstrakt təfəkkür + təcrübəsizlik → idealizm

İdealist yeniyetmələr valideynlərin, yaxud cəmiyyətin avtoritetliyinə qarşı çıxırlar. Bu o halda baş verir ki, valideynlər, yaxud cəmiyyət yeniyetmələrin şəxsi rəy və təkliflərini qənaətbəxş olmayan izahlarla rədd etsinlər. Bu səbəbdən dünənin uşaqları bu gün məyus olub narahatlıq keçirir, özlərini təcrid olunmuş və tənha hiss edirlər. Elə olur ki, idealist gənclərə acizlik və ümidsizlik hakim kəsilir; onlar özlərinə və başqalarına inamı itirirlər.

Mümkün hadisələr silsiləsi

Yeniyetmələrdə idealist baxış və təcrübəsizlik → valideynlər və cəmiyyətin inkarı → konfliktlər → təcridolunma → tənhalaşma → ümidsizlik → inamsızlıq → acizlik → laqeydlik → passivlik → aqressivlilik

Yeniyetmələr müxtəlif problemlərlə qarşılaşırlar. Onlar müstəqil qərar qəbul edir, valideynləri və ya təcrübəli şəxslərlə məsləhətləşmirlər. Çox vaxt onlar düzgün qərar qəbul edə bilmirlər. Bu yaş dövründə onlara "birbaşa olmayan dəstək" mühiti yaratmaq lazımdır. Məqsəd düzgün qərar qəbul etmədə onlara kömək göstərməkdir.
Yeniyetmələr müvəffəqiyyət hissini inkişaf etdirirlər. Öz mövcudluğunu isbatlamaq üçün yeniyetmə gənc müvəffəqiyyət qazanmalı, nailiyyətlərə imza atmalıdır. Uğur qazanıb nailiyyət əldə etmək üçün onlar məsuliyyət hissinə sahib olmalıdırlar. Öz üzərinə məsuliyyət götürməmək onlarda laqeydlik və əhəmiyyətsizlik hissi yaradacaqdır. Digər tərəfdən, həddindən artıq çətin və çox məsuliyyət altına girmək onların özlərini aciz və müvəffəqiyyətsiz hiss etmələrinə səbəb olacaqdır. Odur ki bu məsələdə balansı qorumaq lazımdır.
Yeniyetmələrin hafizə bacarığı vardır. İki növ yaddasaxlama vardır: mexaniki və şüurlu, yaxud birbaşa və dolayı. Mexaniki yaddasaxlama məzmunu məhdud formada başa düşərək və ya heç düşməyərək sözləri təkrarlamaqdan ibarətdir. Şüurlu yaddasaxlama zamanı məzmun qavranılır, məna digər mövzularla müqayisə edilir, məzmunun elementləri arasında əlaqə yaradılır və nəticə çıxarılır. Mexaniki yaddasaxlama uşaqlıq dövründə başlanır, on beş yaşadək davam edir (əs-Seyyid, 1975). Daha sonra mexaniki yaddasaxlamanın sürəti, intensivliyi və dərəcəsi azalır. Bundan sonra birbaşa olmayan yaddasaxlama başlanır, yeniyetməlik illərində, hətta 35-55 yaşlarında inkişaf edir. Uşaqlıqda öyrənilən bilik daş üzərinə qazılan yazıya, çox yuxarı yaşlarda öyrənən biliklər isə su üzərinə çəkilmiş rəsmə oxşayır.

21-40 yaş: yetkinlik

Bu yaş əksər insanlar üçün yetkinlik, güc-qüvvət və nəsli artırma yaşıdır. XX əsrdə Yusif Əli, VII yüzillikdə isə Həzrəti Ömər təsdiqləmişdi ki, insan zəkası 40 yaşında tam şəkildə inkişaf edir ki, sonrakı yaşlarda isə inkişaf təcrübə ilə əlaqəli olur.

40-65: orta yaş

Bu yaş yetkinliyin zirvəsi hesab olunur. Bu mərhələdə fiziki inkişaf baş vermir; insan öyrənir, təcrübə qazanır; orqanizm tədricən zəifləməyə başlayır.

65 yaş və yuxarı: qocalıq

Qocalıq insan ömrünün ən həqir, ən zəif dövrüdür. Qazanılmış biliklər və yaddaş itməyə başlayır. İnsan uzun yaşayarsa, bilik öyrənməyi zəifləyir, hafizəsi əvvəlki kimi olmur. Yaşlı insanın yaddaşı kompüterin yaddaşına oxşayır; ondakı məlumatlar tədricən silinir. Elə olur ki, bu yaş mərhələsində insan alzeymer xəstəliyinə tutulur, yaddaşı "itir". Qocalıq ahıllıq, çallaşma, zəiflik mərhələsidir.

Həyat uşağın dünyaya gəlməsi ilə başlanır. Uşaqlar dünyaya biliklə gəlmirlər, amma onlarda bilik əldə etmək üçün "vasitələr" vardır: göz, qulaq, qəlb. Sonra təşəkkür etməyimiz üçün Allah təlimlər göndərir: "Bəlkə, şükür edəsiniz!" Daha sonra zəiflik mərhələsi güc-qüvvət mərhələsi ilə əvəzlənir. Nəhayət, qocalıq mərhələsi ilə yenidən zəiflik mərhələsi başlanır. Doğuluş və qocalıq arasında insanlar biliklər kəsb edir və Allah onlara ilham verir ki, fəhm və hikmət mərtəbəsinə çatsınlar: "Bəlkə, anlayasınız!" Həyatın son mərhələsində insan yaxşı işləri ilə seçilməli, böyük günahlardan uzaq durmalıdır. 60 yaşında insanın iyrənc əməllər işləməsinə bəraət düşmür. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Altmış yaşına çatan şəxsin Allah qarşısında bəhanəsi qalmamışdır" (Buxari).

Yaşlaşdıqca hafizəmiz zəifləyir, amma biz mühakimə gücümüzü qoruyub saxlayırıq. Nə böyük nemət!

Həyatının erkən mərhələsində Allaha şükür etməyə başlayan, yetkinləşib müdriklik yaşına çatan, insan oğlunun yer üzündəki mövcudluq səbəbini və vəzifəsini başa düşən kimsə nə bəxtiyardır!

Uşaqlarda inkişaf eyni tempdə getmədiyi üçün saat əqrəbinin hərəkətini xatırlatmır. Hər bir uşağın öz inkişaf tempi vardır. Valideynlər uşaqlara xas "saat"lara diqqət yetirməlidirlər.

İnkişaf mərhələlərindən istifadə

Uşaq bizim imkanlar pəncərəmizdir

“Uşaq qəlbi safdır, ağ kağız kimidir. Hər şeyə cəzb edildiyi kimi, hər şeyi də tutub-saxlamağa meyllidir” (İmam Qəzali).
“Uşaq bütün məlumatları və ona verilmiş hər bir təlimatı qəbul etməyə hazırdır” (İbn Miskəveyh).
Bu, valideynlər üçün övladlarına mümkün olanı öyrətmək baxımından qızıl fürsətdir.

İlk iki yaşda əmizdirmə

Bu mərhələdə şəxsiyyətin mühüm elementləri formalaşır. Nəticədə fiziki və emosional cəhətdən sağlam uşaq meydana çıxır. Uşaqlıq mərhələsində beynin nahiyələri, beyindaxili qarşılıqlı əlaqə, beyin şəbəkəsi (trilyonlarla neyrondan ibarətdir) formalaşır. Həmçinin bu yaş dövründə cəsarət, yaradıcılıq, sevgi, dürüstlük, etibarlılıq, meyllər, dil və məntiq formalaşmağa başlayır. Analar uşaqlarını əmizdirərkən onlara müəyyən duyğular ötürürlər. Belə ki ilk iki il ərzində övladına süd verən ana ona sevgi, lütf, özünəhörmət bəxş edir. Həmçinin ana öz övladı ilə bu isti fiziki və hissi əlaqədən bir çox psixoloji fayda əldə edir.

Allah sevgisi və qorxusu

Uşaqlar ilk yaşlarından etibarən Allah sevgisi, Ona ümid və savab anlayışları ilə tanış olmalıdırlar. Allah qorxusu, cəza və cəhənnəm məfhumlarına gəlincə, bu barədə biliklər yeniyetməlik yaşında öyrədilməlidir. Çünki məhz bu mərhələdə uşaqlar mücərrəd (abstrakt) anlayış və təsəvvürləri dərk etməyə başlayır. Uşaqları hey cəhənnəmlə qorxutmaq onlarda azadlığı, yaradıcılıq və təxəyyülü "boğur". Çünki ilk yaşlarda onların düşüncəsi təsirlərə tez məruz qalır. Uşaqları qorxutmaq onlardan şücaət hissini, təhlükələrə sinə gərmək və qərar qəbul etmək gücünü, özünəinamı oğurlamaqdır.

Yaddasaxlama

Ustad Məhəmməd Qəzali "Qurana münasibətimiz necə olmalıdır?" kitabında (1992) hansı yaş mərhələsinin Quranı əzbərləmək və başa düşmək üçün münasib olmağı məsələsinə toxunmuşdur. O bu problemə doğru cavabı axtarırdı. Belə bir nəticəyə gəlmişdi ki, yeniyetməlik yaşına qədər daha çox əzbərləmək, erkən yeniyetməlik yaşında isə əsas diqqəti başa düşmək və izaha (təfsirə) vermək lazımdır. Belə olduqda uşaq öz beyninin imkanlarından maksimum şəkildə istifadə edir. Belə ki erkən yaşda əzbərlədiyini başa düşüb dərk edir.

Dəvətin aspektləri

Bu məsələyə yeniyetməlik illərində əhəmiyyət vermək lazımdır. Çünki uşaqlar abstrakt anlayışları (cənnət, cəhənnəm, axirət) məhz bu mərhələdə dərk edirlər; emosiyaları və enerjiləri pik nöqtədə olur. Odur ki, onları ümumi mənafe üçün asanlıqla xeyirxahlıq, doğruluq, mənəviyyat və fədakarlığa yönəltmək mümkün olur. Yeniyetmələrin emosiyalarını düşüncələrinə uyğunlaşdırmaq çox mühümdür.

Yeniyetmələr ibadət ayinlərini möhkəmləndirməlidirlər. Yaş böhranı zamanı hisslərə nəzarətdə ibadətin rolu əvəzsizdir. Həmçinin onlar daxili aləmlərində Allaha təvəkkül hissini gücləndirməlidirlər.

Yeniyetməlik dövründə tənqidlərə qarşı həssaslıq

Yeniyetmələrə nəzakətlə müraciət etmək lazımdır ki, duyğuları zədələnməsin, özünəhörmət hissləri alçaldılmasın. Məqsəd onların inkişafını istiqamətləndirməkdir, onlarda özünəinamın itirilməsinə səbəb olmaq deyil. Unutmayaq ki, yeniyetmələr bu yaş dövründə rəqabət və qısqanclıq hissinə sahibdirlər. Elə isə onlarla qardaşları və bacıları arasında ayrı-seçkilik etmək olmaz; onlarla ədalətlə, insafla və bərabər səviyyədə davranmaq lazımdır.

İdentikliyin formalaşdırılmasına diqqət yetirmək

Yeniyetmələrdə kimliyin formalaşdırılmasına xüsusi diqqət yetirmək lazımdır. Çünki onlar bu mərhələdə özlərinə, cəmiyyətə, kainata, metafizik və görünməyən aləmə tənqidi yanaşmağa başlayırlar. Bu yaş dövründə islamla əlaqəli anlayışları (tövhid, insanın yer üzündə Allahın xəlifəsi olmağı, yer üzünü abadlaşdırma vəzifəsi, dünyaya düzgün baxış, həyatda insanın məqsədi, insanın özü, başqaları, ətraf mühit və Allahla əlaqəsi) müzakirə etmək lazımdır. Yeniyetmələrdə sağlam və hərtərəfli dünyagörüşünün formalaşdırılması çox vacibdir.

İkinci dilin öyrənilməsi

Bunu yeniyetməlik yaşına qədər gecikdirmək olmaz. On yaşdan əvvəl ikinci dili öyrənməyə başlamaq lazımdır. Bu elə bir yaş dövrüdür ki, beyindəki neyronlar və onlardakı əlaqələr vasitəsilə dil səsləri təsis edilir. İkinci dilin öyrənilməsinə nə qədər erkən yaşlarda başlanılsa, bir o qədər yaxşıdır. Çünki uşaq həmin dilin bütün səslərini öz ana dili kimi tələffüz edə bilir.

Uşaqlar erkən yaşlarında bir neçə dili çox da çətinlik çəkmədən öyrənə bilirlər. "Kiçik uşaqların beyni hər hansı bir dili qavramaq üçün yüksək imkanlara malikdir. Erkən yaşlarında iki dili öyrənmiş şəxs sonrakı illərdə asanlıqla üçüncü, dördüncü dili öyrənə bilir. Həddi-buluğa çatmış şəxslərlə, hətta tələbələrlə müqayisədə uşaqlar ingilis dilini daha yaxşı öyrənir, tələffüzləri əsil ingilis tələffüzünə yaxın olur. Hətta onlar çin dilinin hiss edilməyən səslərini yamsılamağı bacarırlar (Glod, 2006). Eyni hal ərəb və digər dillərə də aiddir.

Altı yaşlı iranlı hafiz

Hafiz, ərəb dilini bilməsə də, Quranı bütünlükdə əzbərləmiş şəxsdir. Ana dili fars dili olan Seyid Məhəmməd Hüseyn Təbatəbai altı yaşında bütün Quranı əzbərləmişdi. Atası deyirdi:

"İki yaşına çatdıqda onda qeyri-adi istedadın olduğunu gördüm". Uşaq Quranı hafiz anasına qulaq asaraq öyrənmişdi. Anasına bir və ya iki dəfə qulaq asmaqla balaca Təbatəbai ayələri əzbərləyirdi. Əzbərlədiklərini yaddaşında möhkəmlətmək üçün hər gün Quran oxuyurdu. O, peyğəmbərlərin, xüsusilə Həzrət Yusifin qissələrinə aludə olmuşdu (Muslim news, 1998).

Ərəb dilini bilməyənlərin Quranı başdan-ayağa əzbərləməsi bir möcüzədir! Bu gün müxtəlif millətlərdən olan, yaşları ona çatmamış minlərlə uşaq, mənasını başa düşməsələr də, Quranı ərəb dilində əzbər bilirlər.

Dörd yaşlı suriyalı hafiz

1996-cı ildə Suriyanın Hələb şəhərində anadan olmuş Abdullah Əhməd Şəğğalə dünyanın Quranı əzbər bilən ən azyaşlı uşağıdır. O üç yaşında Quranı əzbərləməyə başlamış, dörd yaşında tamamlamışdır. Abdullah beş yaşına çatdıqda min hədis və mindən çox beyti əzbər bilirdi.
Uşağın əzbərləmə hekayəsi atasının dükanında başlanmışdı. Belə ki atası hələ iki yaşında olan oğlunun müğənni Ümmi-Gülsümün "İnsanlar mənə zülm etdilər" mahnısını bir dəfə eşitdikdən sonra təkrarladığını görmüşdü. Həmin andan valideynlər qərara gəlirlər ki, uşağın potensialını Quran əzbərləməyə yönəltsinlər. Başlayırlar bəzi cüzləri Abdullahın qulağına oxumağa. İkinci oxunuşdan sonra Abdullah surələri əzbərləyirdi. Bir neçə ay ərzində Abdullah Quranı təcvid qaydalarına uyğun oxumağı öyrəndi. Beş yaşında ikən Suriyada Milli Quran Əzbərləmə Müsabiqəsinin qalibi oldu. Onunla yarışanlar 14-30 yaşlı hafizlər idi. Abdullah Quran hafizliyi müsabiqələrinin ən azyaşlı qalibi olmuşdur (əl-Üsrət, 2005).

Şərqdə və Qərbdə əzbərləmə praktikası

Şübhə yoxdur ki, müsəlman ölkələrində valideynlərin öz uşaqlarını məktəbəqədər yaşda Quran hafizliyi məktəblərinə yazdırmaları yaxşı nəticə verir. Müsəlmanların böyük əksəriyyəti (beşdə dördü) ərəb dilində danışmasa da, mənasını başa düşmədən Quranı əzbərləməyi bacarır. Erkən uşaqlıq mərhələsində ən yüksək səviyyəyə çatan əzbərləmə bacarığı onların köməyinə gəlir. Quranı başa düşmək və təfsir etmək isə sonrakı mərhələdə – yeniyetməlik yaşlarında baş verir. Qərbdə isə əzbərləmə istər İncil ayələrinin, istər şer və ya dram əsərlərinin öyrənilməsində tədris metodu olaraq təsdiqlənməyib. Buna baxmayaraq, keçmişdə xristianlar İncili əzbərləyirdilər. Bəzi ərəb mənşəli xristian uşaqlar Quranı əzbər öyrənirlər və bu onlarda söz ehtiyatını artırır, danışıq və düşünmə bacarığını güc-

ləndirir, yaddaşı möhkəmlədir, məlumatları yadda saxlamaq qabiliyyəti formalaşdırır.

Uşaqlıqda Quran əzbərləmək orta məktəbin yuxarı sinif şagirdlərinə kömək edir

Sudanın keçmiş Təhsil naziri professor Yusif Xəlifə deyir: "Sudanda kənd mədrəsələri və məktəblərdə hafizlərlə apardığımız təcrübə göstərmişdir ki, Quranı əzbərləmiş şagirdlərin iti yaddaşları vardır ki, bu da onlara məlumatları yadda saxlayıb təkrarlamaq, məfhum və mürəkkəb problemləri başa düşmək imkanı verir. Dünyəvi məktəblərə getməmiş bu şagirdlərə universitetlərə qəbul məqsədilə ikiillik hazırlıq fənləri keçirildikdə onların doxsan faizi ümumi qəbul imtahanlarında uğur qazanmışdı. Onlar on iki il dünyəvi məktəblərə getmiş digər şagirdlərlə eyni səviyyədə idilər".

Həmçinin Nina Abdullah (1994) müşahidə etmişdi ki, erkən yaşlarda Quran, şer əzbərləmək sonrakı illərdə hafizənin güclənməsinə kömək edir.

Tapşırıqlar

XXXI tapşırıq. Valideynlərə tövsiyə

Aşağıda göstərilənləri uşaqlarınıza necə tətbiq edəcəyinizi müzakirə edin:

– Uşaqlarınıza gözlədiklərindən çoxunu verin və bunu sevə-sevə edin.

– Hər eşitdiyinizə inanmayın, sahib olduğunuz hər şeyi sərf etməyin.

– "Səni sevirəm" sözünü çeynənmiş ifadə halına gətirməyin.

– "Bağışla" – dediyinizdə qarşı tərəfin gözlərinə baxın.

– Uşaqların arzularına gülməyin. Arzulamayan istədiyinə nail olmaz.

– Razılaşmadığınız məsələlərdə xoş şəkildə mübahisə edin, mübahisəni təhqirə çevirməyin.

– İnsanları qohumlarına görə mühakimə etməyin.

– Yavaş danışın, sürətlə düşünün.

– Kimsə sizdən cavab vermək istəmədiyiniz bir məsələ haqqında soruşsa, gülümsəyib soruşun: "Bunu nə üçün bilmək istəyirsən?"

– Böyük sevgi və nailiyyətlər böyük risk tələb edir.

– Kimsə asqırdıqda ona: "Allah sənə rəhm göstərsin!" – deyin.

– Yarışı və ya oyunu uduzduqda ibrət çıxarmağı, dərs götürməyi unutmayın.

– Özünüzə və başqalarına hörmət edin, etdiklərinizə görə cavab verin.

– Adi ədavətin möhkəm ailə münasibətlərini dağıtmasına imkan verməyin.

– Səhv etdiyinizi anladıqda onu düzəltmək üçün təcili addımlar atın.

– Telefonun dəstəyini götürdükdə gülümsəyin. Zəng etmiş şəxs gülümsədiyinizi səsinizdən hiss edəcəkdir.
– Təklikdə bir az vaxt keçirin.

Valideynlər, uşaqlarınızın inkişaf mərhələlərini dərk edin:

– Sahmanlama yaşı: 1-7 yaş
– Yamsılama (təqlid) yaşı: 8-12 yaş
– Təb (ilham) yaşı: 13 yaş və yuxarısı

Doqquzuncu fəsil

Sağlam uşağa doğru

Giriş
Hamiləlik
Doğuşdan sonra: peyvəndləmə ətrafında mübahisələr
Təmizlik və gigiyena
Sağlamlıq: bəzi islam qaydaları
Qidalanma
Uşaqlar və qidalanma haqqında faktlar
Quranda qidalanma haqqında
Uşaqlar və fiziki məşğələlər
Yuxu
Alkoqol və narkotiklərdən istifadənin qarşısını necə almalı?
Uşaqlar və şirnikdirmə
Uşaqlarda narkotik maddələrdən istifadənin ilk əlamətləri: valideynlər nə etməlidir?
Zərərli vərdişlərin ailədaxili ünsiyyətə təsiri
Xəstələrə qulluq: dinə müraciət
Qanunları pozmaq

Giriş

Şiddətli ağrılardan şikayət edən xəstəyə həkimlərdən biri demişdi: “Biznesini, avadanlıq və binaları qorumaq üçün çoxlu pul sərf etdin, amma bədəninə sərmayə qoymağı unutdun”.

Müdrik kəlamda deyilir: “Qorunmaq müalicədən yax-şıdır”. Bu kəlam öz təsdiqini həmişə tapır. Valideynlər uşaqlarının qorunmasına xüsusi diqqət yetirməlidirlər. Onlar gözləməməlidirlər ki, bir şey baş verdikdən sonra hərəkətə keçsinlər. Uşaqların sağlamlığı məsələsində yol verilən ciddi səhv onların gələcəyini məhv edə bilər. Böyüklər bu məsələdə ikili məsuliyyət daşıyırlar: özləri və uşaqlarının sağlamlığı.

Təəssüf ki, insanlar preventiv tədbirlərə az miqdarda xərcləmək əvəzinə xəstəxanalarda müalicəyə çoxlu pul sərf edirlər. Uyğun vaxtda uyğun olanı etmək asan işdir, xərc tələb etmir, nəticəsi ürəkaçan olur. Cansağlığı məsələsində etinasız davranmaq özü ilə peşmanlıq və qəm-qüssə gətirir. Ən təhlükəlisi budur ki, uşaqların sağlamlığında fəsadlar sonradan yarana bilir. Təsəvvür edirsinizmi, uşağın tutulduğu və asanlıqla müalicə olunması mümkün bir xəstəliyə etinasız yanaşdıqda və iş işdən keçdikdə valideynlər nə hisslər keçirirlər; onlar əllərindən gələni etsələr də, var-dövlətlərini xərcləsələr də, gecdir; vaxtında hərəkət etmək lazım idi.

Sağlamlıq prioritet məsələdir. Onun olmamağını nə yaxşı ailə, nə karyera, nə də təhsil kompensasiya edə bilmir. Sağlam bədəndə sağlam ruh olar. Orqanizm fiziki baxımdan sağlam deyilsə, uşağın

zehni və psixoloji inkişafı düzgün getməyəcəkdir.
Valideynlər uşaqları üçün təmiz su, qida təmin etməli, onları vaxtında peyvənd etdirməlidirlər. Uşağın müntəzəm qaydada yüngül idman hərəkətləri ilə məşğul olmağına diqqət yetirmək, onu vaxtaşırı tibbi müayinələrdən keçirmək hər bir valideynin borcudur. Sağlam uşaq tərbiyə etmək o, döllənməzdən əvvəl başlanır. Bunun üçün ata və ana sağlam olmalıdırlar!

Hamiləlik

Ana bətnindəki rüşeym qarşısında böyük məsuliyyət daşıyır. Sağlam uşaq dünyaya gətirmək üçün düzgün qidalanmaq, kifayət qədər yatmaq, müntəzəm şəkildə həkimə getmək və məşq etmək lazımdır. Həmçinin yoluxucu xəstəliklərdən özünü qorumalı, zərərli maddələrdən (spirtli içkilər, narkotik maddələr, yararsız yeməklər) imtina etməlidir. Siqaret çəkmək son dərəcə zərərli vərdişlərdən biridir, ana xüsusilə hamiləlik zamanı ondan uzaq durmalıdır. Çünki rüşeym ehtiyacı olduğu hər şeyi ananın orqanizmindən "sorur". Məsələn, o, oksigen və qida mad-dələrini göbəkbağı və cift vasitəsilə əldə edir. Buna görə siqaret çəkməklə rüşeymə tütün tüstüsündəki zəhərləri ötürmüş olur, beləliklə, ciftin öz funksiyalarını icra et-məsinə əngəl törədirik. ABŞ-da satılan siqaret qutularının üzərinə yazılmış xəbərdarlığa nəzər salaq:

Xəbərdarlıq!
Siqaret çəkmək ağciyər xərçənginə, ürək-damar və ağciyər xəstəliklərinə, hamilə qadınlarda ciddi ağırlaşmalara səbəb olur.

Siqaret tüstüsündən uzaq abı-hava yaratmaq: iradə varsa, həll də vardır!

Dövlətlər əzmkarlıq göstərməklə siqaretə məhdudiyyət qoya bilərlər. Bu, ABŞ-da baş vermişdir.
Siqaret çəkmək qadağandır! 1985-ci ildə bağlı məkanlarda siqaret çəkmənin qadağan edildiyi bələdiyyələrin sayı 202, 2003-cü ildə isə 1631 idi.

Qanunlar nə olursa-olsun, valideynlər uşaqları evdə və xaricində siqaret tüstüsündən qorumalıdırlar.

Əgər hamilə qadın virus-iltihab infeksiyasına tutularsa, rüşeymə zərər gəlməsin deyə dərhal həkimə müraciət etməlidir. Əmizdirmə dövründə də eyni cür hərəkət etmək lazımdır. Çünki infeksiya uşağa bulaşarsa, kor və kar ola, əqli cəhətdən geri qala, şizofreniyaya və autizm xəstəliyinə tutula bilir. Qan xəstəliklərinə tutulmamaq üçün analar hamiləlik dövründə qan analizi etdirməlidirlər. Bu xəstəliklər ana bətnində uşağı öldürə və ya beynini məhv edə bilər.

Doğuşdan sonra: peyvəndləmə ətrafında mübahisələr

Seçim etsinlər deyə valideynlərə peyvəndləmə tərəfdarı və əleyhdarlarının arqumentlərini təqdim edirik.
Doğuşdan sonra həkim uşağı müayinə edir, gözləri və qulaqları, reflekslərı yoxlayır. İltihabdan xilas olmaq üçün oğlan uşaqları sünnət edilməlidir. Valideynlərin çoxu peyvəndin əhəmiyyətini başa düşür, peyvəndləmə cədvəlinə uyğun hərəkət edirlər. Amma böyüklərin 80 faizi bilmir ki, peyvəndlərin çoxunu iki yaşınadək etmək lazımdır. Cücələr yumurtadan çıxan

kimi, buzovlar pəyəyə getməzdən əvvəl peyvənd edildiyi halda, bəzi uşaqlara iki yaşına qədər peyvəndin vurulmamağı təəccüblüdür.

Peyvəndin təsiri çoxdur!

Uşaqlıq mərhələsinin altı öldürücü xəstəliyi vardır: qızılca, poliomielit, tetanus, difteriya, vərəm və göyöskürək. Bu xəstəliklərdən hər il milyonlarla uşaq ölür. Onların əksəriyyəti uşaqlıqda pis qidalanmadan əziyyət çəkənlərdir. Bununla da, onların xəstəliyə müqaviməti zəifləyir. Bu xəstəliklər əleyhinə peyvəndlər bir neçə onillikdir məlumdur. İnkişaf etmiş ölkələrdə bu peyvəndlərin yuxarıda göstərilmiş xəstəlikləri müalicə etməsi sübut olunmuşdur. ABŞ-da təxminən hər bir uşaq başlıca uşaq xəstəlikləri əleyhinə peyvənd olunur. Amma inkişaf etməkdə olan ölkələrdə milyonlarla uşaq bu xəstəliklərə tutulmaq təhlükəsi ilə yaşayır. Çünki onlar bu peyvəndləri asanlıqla əldə edə bilmirlər. İnkişaf etməkdə olan ölkələrdə uşaqların 20 faizi lazımi peyvəndlərlə təmin olunmur. Hər il dünyada təxminən üç milyon uşaq peyvəndlə qorunmaq mümkün olan xəstəliklərdən ölür ("For the Children: The Gift of Health, Education and Hope" Donation Pamphlet, UNİCEF 2003).

Uşaqlara peyvəndin necə kəşf olunmağı haqqında danışın

Peyvəndləmə ideyasını ilk dəfə 1796-cı ildə professor Eduard Cenner irəli sürüb. Bu, böyük yaradıcılıq hekayəsidir. Tibdə üç növ yaxşı ideya vardır: a. aydın; b. aydın olmayan; c. Eduard Cennerin müəllifi olduğu ide-ya. O, Glosterşir qraflığında yaşayan qonşularından eşitmişdi ki, inəkçiçəyi xəstəliyinə yoluxan insanlar çox vaxt çiçək xəstəliyinə tutulmurlar. Cenner düşünürdü ki, birinci xəstəlik bədənin özünümüdafiə gücünü artırır və nəticədə

orqanizm ikinci xəstəliyə müqavimət göstərib qalib gəlir. Onun bu ideyası həmkarlarına absurd görünmüşdü. Çünki həmin vaxt onlara "immunitet" və "bakteriya" anlayışları məlum deyildi. Bu anlayışlar hələ kəşf edilməmişdi" (Carmichael, 2007).

Amma Cenner öz ideyasına inanırdı. Fermasındakı heyvanlarda inəkçiçəyi yayıldıqda oğlunun da xəstələndiyi bir ana Cennerə oğlu üzərində təcrübə aparmağa icazə vermişdi. Oğlu səkkiz yaşında olub adı Ceyms Fips idi. Cenner yoluxmuş südçü qadınlardan götürdüyü irin nümunələrini uşağa iynə ilə yeritdi və gözlədi. Altı həftə sonra uşağa çiçək xəstəliyi nümunəsi yeritdi. Uzun müddət gözlədi və axırda əmin oldu ki, Ceyms yoluxmayacaqdır. Cenner yeni eranın başlandığını elan etdi. O, peyvəndi kəşf etmişdi.

Peyvənd dünyanı dəyişdi: çiçək xəstəliyi aradan qaldırıldı, poliomielit və tetanusun yayılmağının qarşısı alındı. Peyvəndləmə tibdə keçən iki əsrin ən mühüm kəşfi idi. Peyvəndlər müalicə etmir, əksinə, xəstəliyin qarşısını alır. Əgər yüz nəfər immunizasiya edilərsə, həm xəstələnməzlər, həm də minlərlə insanı yoluxdurmazlar.

Peyvəndlər hər il saysız-hesabsız insanın həyatını xilas edir. Lakin Afrika, Asiya və Latın Amerikasında insanların peyvənd edilmədiyi yerlər vardır. Bu ölkələrdə bir çox uşaq vaxtında peyvəndə edilmədiyi üçün xəstəliklərin qurbanına çevrilir. QİÇS, və-rəm və malyariya kimi öldürücü xəstəliklərə təbii immun sistemi davam gətirə bilmir. Təbabət inkişaf etsə də, bu xəstəliklər hər il altı milyon insanın ölümünə səbəb olur.

Peyvəndləmə əleyhinə arqumentlər

İnsanların əksəriyyəti uşaqlıqda edilən peyvəndlərin mümkün yan təsirlərindən xəbərsizdir. Peyvənd əleyhinə arqumentlər göstərir ki, peyvəndləmə proqramının uğur qazanmasının əsas səbəbi, əslində, ümumi sağlamlıqla (təmiz su, sanitariya, az izdihamlı yerlərdə yaşamaq, sağlam qidalanma, yüksək yaşayış tərzi) əlaqəlidir.

"Bütün peyvəndlərdə (vaksinlərdə) zəhərli kimyəvi maddələr, heyvan və abort edilmiş rüşeymlərin DNT-ləri, zəiflədilmiş yad virus və bakteriyalar mövcuddur. Müasir peyvənd texnologiyası ikiəsrlik köhnəlmiş elmi iddiaya əsaslanır. Bu iddiaya görə, peyvəndlər immunitet sistemini təhlükəsiz şəkildə stimullaşdırır... Vaksinlərə əlavə edilən toksik kimyəvi maddələr sinir sistemində problemlərə səbəb olur. Çünki orqanizm zərərli maddələrdən asanlıqla xilas ola bilmir. Bu maddələr beyin və orqan toxumalarında toplanır, sinirlər məhv olur. Orqanizm xarici proteinlər və DNT-lərdən tam şəkildə xilas ola bilmədikdə və ya bunun təsiri orqanizmin immun sistemi vasitəsilə neytrallaşdırıldıqda həmin maddələr hüceyrə membranları ilə orqanizmə nüfuz edir" (http://www.know-vaccines.org/parent.html).

İmmun sisteminin tam şəkildə formalaşması üçün illər lazımdır. Bunun üçün o, bakteriya və viruslarla "tanış" olmalıdır. Orqanizm tərləməklə, qızdırmaya tutulmaqla, selik ifraz etməklə, səpkilərlə viruslardan xilas olmağı öyrənir. Vaksinlər uşaqları həyatları boyu nisbətən zərərli olmayan xəstəliklər (qızılca, qulaqdibi, məxmərək, toyuqçiçəyi, göyöskürək) yolu ilə təbii immunizasiyadan məhrum edir. Həmçinin peyvəndlər orqanizmi, bəlkə də, heç vaxt baş verməyəcək şey üçün hazırlayır. Odur ki immun sistemi hədsiz həssas olur, allergiyalara məruz qalır.

Peyvənd əleyhdarları bildirirlər ki, immuniteti formalaşdıran, xəstəlikdən qoruyan ən yaxşı vasitə sağlamlıqdır. Viruslar kənardan orqanizmimizə daxil olmağa cəhd göstərir. Əgər daxilən sağlam olsaq, orqanizm soyuqlamaya, zökəmə, qızılcaya – bir sözlə, ətrafımızdakı xəstəliklərə müqavimət göstərə bilər. Məsələ xəstələnmə "qabiliyyət"inin səviyyəsindən asılıdır (Head, 1999; Sinclair, 1995).

Təkrar edirik: vəzifəmiz valideynləri məlumatlarla təmin

etməkdir. Seçimi isə özləri etsinlər. Onlar həkimlərlə bu barədə məsləhətləşsinlər.

Pediatrlar tövsiyə edir ki, uşaqlar 6, 8 və 10-cu yaşlarında müntəzəm, 11-ci yaşdan sonra isə illik tibbi yoxlamadan keçməlidirlər. Bu yoxlamalar sağlamlıq problemlərini vaxtından əvvəl aşkarlamağa, effektiv müalicəsinə imkan verir. Əks halda, sağalmaz xəstəliklərlə üz-üzə qalarıq. Bəzi dövlətlərdə ibtidai məktəb şagirdləri hər dərs ilinin əvvəlində tibbi yoxlamadan keçirlər. Bu, tərifəlayiq işdir. Bu yoxlamalar zamanı şagirdlərdə müəyyən problemlər: məsələn, eşitmə, görmə və nitq zəifliyi müəyyən edilə bilər.

Valideynlər uşaqlarını xəstəliklərdən qorumağa diqqət yetirməlidirlər. Peyvəndlər bir yana qalsın, sağlamlığın minimum tələblərinə: təmizlik, qidalanma, yuxu və idmana əhəmiyyət verilməlidir.

İmmunitet dünyada ən böyük sağlamlıq sövdələşməsidir

Uşaqları 15 dollara qorumaq mümkündür. Son iyirmi ildə dünyada hər son uşaqdan səkkizini immunizasiya etməklə qorumaq mümkün olmuşdur. Hər il bir milyondan çox uşaq ucuz tibbi xidmətdən məhrum qaldığı üçün ölür.

Təmizlik və gigiyena

Təmizlik bakterial və virus infeksiyalarından orqanizmi müdafiə edən effektli vasitədir. İnfeksiyaların orqanizmə keçməsinə əksər hallarda əllər (gözə, ağıza, burun və qulağa toxunduqda) səbəb olur. Əlləri gündə bir neçə dəfə yumaq bu riski azaldır.

"The Discovery of Freedom" kitabında amerikalı yazıçısı Rouz Vaylder Leyn (1886-1968) yazırdı: "İnsanlar peyğəmbər Məhəmmədi fanatik olmaqda ittiham edirlər. Amma mən onun ancaq bir məsələdə fanatik olduğunu kəşf etdim – bu, təmizlik və gigiyenadır!"

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* namazlardan əvvəl gündə beş dəfə dəstəmaz almağın əhəmiyyəti haqqında danışmışdır. Bir dəfə o, səhabələrindən soruşmuşdu: "Birinizin evinin qarşısından çay axarsa və o orada gündə beş dəfə yuyunarsa, bədənində kir qalarmı?"

Səhabələr: "Xeyr", – dedikdə Peyğəmbər buyurmuşdu: "Namazlar da belədir. Su çirki yuyub apardığı kimi, namaz da günahları yuyub aparar" (Əhməd).

Kişilər, qadınlar və gigiyena

ABŞ və Böyük Britaniyada qadınlar əl təmizliyinə kişilərdən daha çox diqqət yetirirlər. Miçiqan Ştat Universitetinin barlar, restoran və digər ictimai yerlərin ictimai ayaqyolularında apardığı araşdırmalar göstərmişdir ki, kişilərin 15, qadınların 7 faizi əllərini yumamışlar. Əllərini yuyan kişilərin ancaq 50, qadınların isə 78 faizi sabundan istifadə etmişdir. Araşdırmalar onu da göstərmişdir ki, əllərini vannada yuyanların ancaq 5 faizi mikroblardan xilas olmaq üçün əllərini diqqətlə yuyurlar. Ümumiyyətlə, 33 faiz insan sabundan istifadə etmir, 10 faiz isə əllərini heç yumur.

Aparılmış rəy sorğusunda iştirak edən yeniyetmələrin 91 faizi bildirmişdir ki, ümumi tualetlərdən istifadə etdikdən sonra həmişə əllərini yuyurlar. ABŞ-ın dörd başlıca şəhərində altı ümumi tualetdə aparılmış müşahidədən məlum olmuşdur ki, 75 faiz kişi, 90 faiz qadın ayaqyolundan çıxdıqda əllərini yumuşlar.

Əlləri sabunla 15-20 saniyə ərzində yumaq xəstəliklərin yayılmasından qorunmağın yaxşı üsuludur. Statistikaya görə, ABŞ-da əlləri yumamaq nəticəsində yayılan xəstəliklərlə mübarizəyə doqquz milyard dollardan artıq vəsait xərclənir (Hyde and Sansoni, ASM, 2005).

İspan inkvizitorları özünü xristian kimi göstərənlərin müsəlman olduqlarını necə müəyyən edirdilər?

Əgər kimsə təmizliyinin qeydinə müntəzəm şəkildə qalırdısa, onun gizlində müsəlman olduğundan şübhələnirdilər (Əhməd, 1997).

Sağlamlıq: bəzi islam qaydaları

Peyğəmbərin təlimlərində göstərilir ki, əlləri, üzü və ayaqları gündə beş dəfə yumaq lazımdır. O da təşviq olunur ki, yeməkdən əvvəl və sonra, tualetdən çıxdıqda əllər yuyulsun. Təmizliyə və sağlamlığa təşviq islamın tibb elminə verdiyi mühüm töhfələrdəndir. Antibiotiklərlə müqayisədə təmiz su və şəxsi təmizlik daha çox insanı xilas etmişdir. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Təmizlik imanın yarısıdır" (Müslim);

"Bədəninin sənin üzərində haqqı vardır" (Zəhəbi, 2004).

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* xəstələndiyində ənənəvi vasitələrlə müalicə olunmuş, bəzi hallarda başqalarını da müalicə etmişdir. Həzrəti Məhəmməd *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* sağlam və güclü bədənə sahib idi. Çətin və zəhmət tələb edən işlərdə: məsələn, bir çox döyüşdə, Mədinə mühasirəyə alındıqda xəndəyin qazılmasında iştirak etmişdi. Həmçinin hər il Hira mağarasına qalxırdı. Bu ondan fiziki bacarıq tələb edirdi.

Valideynlər elə etməlidirlər ki, uşaqları yeniyetməlik yaşına çatmazdan əvvəl şəxsi təmizliyi həyatda prioritet bilsinlər. Uşaqların dinlə əlaqəli təmizliyinə xüsusi diqqət yetirmək lazımdır. Çünki böyüklər kimi onlar da müəyyən vaxtdan sonra namaz qılmağa, oruc tutmaq və digər dini öhdəliklərə görə məsuliyyət daşıyırlar. Odur ki onlar baxımlı olmalı, bədənin, geyim və ətraf mühitin təmizliyinə əməl etməlidirlər.

Tualet təmizliyi

İslama görə, alt paltarlarını və intim yerləri təmiz saxlamaq çox vacibdir. Pis qoxulardan xilas olmaq üçün alt paltarları və corabları gündəlik olaraq dəyişmək tövsiyə olunur. Pal-

tara sidik düşərsə, rəngi və iyini aradan qaldırmaq üçün onu yumaq lazımdır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* ayaqyolundan istifadə etdikdən sonra yaxşıca təmizlənməyi tövsiyə etmişdir. Bu məqsədlə sidik və nəcis su, yaxud tualet kağızı ilə təmizlənir. Eyni vaxtda hər ikisindən istifadə daha yaxşıdır. Hər bir müsəlmanın evində ayaqyolunda su qabı və ya su püskürdücü-tapançası olmalıdır. Ayaqyolunda sol əllə təmizlənmək lazımdır.

Təmizləndikdən sonra intim yerlərini qurulamaq (xüsusən qızlar üçün) tibbi cəhətdən düzgündür. Çünki nəmli alt paltarları infeksiyaya səbəb ola bilər. Qızlar arxadan qabağa deyil, qabaqdan arxaya silməklə təmizlənməlidirlər. Tövsiyə olunur ki, sintetik, neylon və poliefir material əvəzinə pambıqdan hazırlanmış geniş alt paltarları seçilsin. Çünki belə paltarlar tez quruyur, "tənəffüs" alır. Təmizlənmək və pis qoxunu aparmaq, əllərdə, dırnaqaltında və ya qıraqlarında çirk saxlamamaq üçün əlləri tualetdən çıxdıqdan sonra yumaq lazımdır.

Bilirsinizmi ki, uşaq infeksiyalarının 98 faizi onların əllərini ağızlarına soxmalarına görədir? Təmiz əmziklərdən istifadə etməklə buna mane olun. (Gookin, 1996).

Tüklər və dırnaqlar

Qoltuqaltında və qasıqda bitən tüklər pis qoxu mənbəyidir. Nəm və günəş işığından uzaq olduqda tüklər bakteriyaların inkişafı üçün münbit şəraiti təmin edir. Bu tüklərin təmizlənməsi bədəndəki qoxunu aparır, qaşınmalara, bədən bitinə yoluxmaq riskini azaldır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Qasıq tüklərini təmizləmək, dırnaqları tutmaq və bığları kəsmək fitrətdəndir" (Buxari).

Qoltuqaltı və qasıq tüklərini ülgüc və ya qayçı ilə, xüsusi kremlərlə, lazer texnologiyası ilə aradan qaldırmaq mümkündür. Tüklərdən hər qırx gündən bir və ya normadan artıq böyüdükdə təmizlənmək kifayətdir. İdmandan qabaq, məscidə və məktəbə gedərkən tərləmə əleyhinə vasitələrdən istifadə etmək tövsiyə olunur. Yaxşı olar ki, bunun üçün təbii dezodorantlar seçilsin. Tərləmə-yə əngəl olan vasitələr zərərlidir, onlardan uzaq durmaq lazımdır.

İslam bəzi kişi və qadınların saçlarının rəngini dəyişdirmələrini, dırnaqlarını uzatmalarını, əl və ayaq dırnaqlarının boya ilə rənglənməsini alqışlamır. Uzanmış dırnaqlar çirk yuvasıdır, xüsusən yemək hazırladıqda xəstəliklərin başqalarına yoluxmasına səbəb ola bilir. Həmçinin dırnaq-ların boyanması suyun ona təmasına maneə yaradır. Belə dırnaqlarla alınan dəstəmaz tam deyildir. Dırnaqları xınalamaq olar, çünki xına onların üzərində sukeçirməz təbəqə əmələ gətirmir.

Kişilər, xüsusən məscidə getməzdən əvvəl təbii ətir və qoxulardan istifadə edə bilərlər. Qadınlar isə ancaq ev daxilində ətirdən istifadə etsinlər. Təbii ki, həmin vaxt evdə naməhrəm kişilər yoxdursa.

Yaşamaq üçün təmizləyirsən, yoxsa təmizləmək üçün yaşayırsan?

– Bir qadın ifrat dərəcədə təmizkar olduğundan "vasvası" adını qazanmışdı. O, təmizləmək üçün yaşayırdı. Evi sterilizə edilmişdi, par-par yanırdı. Uşaqlarının həyatını cəhənnəmə çevirmişdi. Onları oynamağa, başqaları ilə qaynayıb-qarışmağa qoymurdu. Çünki evin qarışmasını, çirklənməsini istəmirdi. Evi o dərəcə təmiz idi ki, xoşbəxtlik oraya daxil ola bilmirdi. Çünki vasvası qadın bunu istəmirdi. Xoşbəxtliyi təmizliyə qurban etmişdi! Axırda, bizim bu vasvası boşandı. Ona görə ki, ailə mühiti onun qoyduğu təmizlik meyarlarına cavab vermirdi. Xoşbəxtlik və ailədaxili stabillik ondakı ifrat təmizlik istəyinin qurbanı olmuşdu.

Uşaqlara bir qədər özbaşınalıq etməyə icazə verilməlidir. O həddə ki, bu özbaşınalığın səbəb olduğu səliqəsizlik və qarmaqarışıqlığı aradan qaldırmaq mümkün olsun. Hər hansı bir şeyə, o cümlədən təmizliyə ifrat bağlılıq anormal davranışdır.

– Həkim danışırdı ki, işlədiyi xəstəxanada ruhi xəstələrdən biri başqaları, o cümlədən tibb işçiləri ilə hər dəfə görüşdükdən sonra əllərini sabunla yuyurmuş.

– Sonradan vərdiş yaransın deyə uşaqlara yeməkdən əvvəl və sonra əllərini yumaq öyrədilməlidir.

İslamda bədən və ruha aid sağlamlıq qaydaları

– Südvermə (ilk iki il ərzində)
– Oğlan uşaqlarının sünnət edilməsi
– Aybaşı zamanı cinsi əlaqədə olmamaq
– Gündə beş dəfə dəstəmaz almaq
– Hər cinsi əlaqədən sonra qüsl almaq (cümə günləri qüsl almaq isə tövsiyə olunur)

– Yeməkdən əvvəl və sonra, ayaqyolundan çıxdıqda əlləri yumaq
– Dişlərə qulluq (misvakdan, diş məcunu və fırçasından istifadə etməklə)
– Gecələri yatmaq, gündüzləri işləmək
– Doğuşdan sonrakı 40 gün ərzində cinsi əlaqədə olmamaq

Təmizlik imanın yarısı hesab olunur. Qurani-Kərimdə sağlamlıq məqsədilə donuz əti, donuz əti məhsulları, leş, qan və bütün növ sərxoşedici içkilər haram edilmişdir. Hər il Ramazan ayında 30 gün ərzində oruc tutulur. Oruc tutmaq orqanizmə sağlamlıq və mənəvi rahatlıq verir. Orucun başqa tibbi faydaları da vardır. Həmçinin zikr, namaz qılmaq və Allah haqqında düşünmək insana rahatlıq və xatircəmlik bəxş edir.

Kişilərin sünnət edilməsi insan papilloma virusu (Human Papilloma Virus – HPV) xəstəliyinə tutulma ehtimalını yarıya endirir.
Bu xəstəlik analıq boynunun infeksiyasına, nadir hallarda isə erkən yaşlarda (bəzən 24 yaşınadək) analıq boynunun xərçənginə səbəb ola bilir. Bu xəstəlik (HPV) hal-hazırda ABŞ-da ən geniş yayılmış cinsi xəstəlikdir.

İslamın həyata dair mühüm göstərişləri aşağıda qeyd edilmişdir:
– İnsanın yaşamaq hüququnu qorumaq prioritet hesab olunur.
– Qan köçürülməsinə icazə verilir (təbii ki, lazımi yoxlamalardan sonra).
– Eftanaziya qadağandır. Kiməsə öz canına qıymada kömək etmək olmaz.
– Qanun və ya ictimai mənafe icazə vermədikcə ölünün yarılması qadağandır.
– Uzun müddətli komaya düşmüş, yaxud ölmək ərəfəsində olan şəxsin süni nəfəs aparatına qoşulmasına təşviq edilmir.

– Abort qadağandır (ananın həyatını xilas etmək məqsədilə mümkündür).
– Orqan donorluğuna təşviq olmalıdır.
– Bəzi məhdudiyyətlərlə orqan nəqlinə icazə verilir.
– Süni mayalanmaya ancaq ər və arvad arasında icazə verilir.
– Homoseksuallıq haramdır.
– İslam fərdin vəsiyyət yazmasını, həmçinin xəstəlik ağırlaşdıqda mühüm qərarlar qəbul edə bilməyən şəxsin istifadəsi üçün yazılı tibbi vəkalətnamə hazırlatmasını təsdiqləyir.
– Xəstəliklərin müalicəsi üçün gen mühəndisliyinə icazə verilir. Klonlaşdırmaya icazənin verilməsi üçün daha çox tibbi və fiqhi araşdırmalar tələb olunur.

Qidalanma

İnsanın həyatında ən mühüm qidalanma dövrü ilk 1000 gündür (Economist, 26 mart, 2011).

Yaxşı qidalanma uşağın sağlamlığı üçün çox zəruridir. Hər yemək qidalandırıcı deyildir. Yemək – istədiyimiz, qida isə yeməli olduğumuz şeydir.

Analar ilk iki il ərzində uşaqlarını əmizdirməlidirlər. Çünki bunun uşağa emosional, fiziki, zehni və psixoloji faydaları vardır. Əmizdirməyi dayandırmazdan əvvəl və sonra balanslaşdırılmış qidalanma tələb olunur.

Uşağın gündəlik yeməkləri bütün qida komplekslərini: məsələn, süd, dənli bitki, meyvə-tərəvəz və ət məhsullarını əhatə etməlidir. Bu komplekslər uşağın inkişafı üçün lazım olan əsas vitamin və mineralları təmin edir. Meyvələr və tərəvəz yaxşı yuyulmalıdır. Onlarda bakteriyalar, kimyəvi maddələr, kir və toz-torpaq ola bilər.

Quranda bir çox faydalı və zəruri qida mənbələrindən söz açılır: müxtəlif ət növləri (inək, dəvə, qoyun, sığır, quşlar, yeməli dəniz heyvanları), dənlər (buğda), paxlalı bitkilər (lobya, mərcimək), ləpəlilər, meyvə-tərəvəz (üzüm, əncir, zeytun, nar, xurma, soğan, sarımsaq, xiyar), süd və bal. Quranda balın müalicəvi və şəfalı olduğu deyilir. Bir yaşından sonrakı uşaqlara müntəzəm şəkildə bal vermək lazımdır.

Valideynlər uşaqlar üçün içməyə təmiz su təmin etməlidirlər.

Çox yemə

Bütün növ qidaları qəbul etməyin vacibliyinə baxmayaraq, çox yeməkdən çəkinmək lazımdır. Quranda bu barədə deyilir:

> *"Ey Adəm oğulları! Hər bir ibadət vaxtı gözəl libaslarınızı geyin, yeyin-için, lakin israf etməyin, çünki (Allah) israf edənləri sevməz!" (əl-Əraf, 31).*

Qəşəng bədəninizə nəyi daxil etdiyinizə diqqət yetirin. Unutmayın ki, yediklərinizsizə təsir göstərir. Yemək üçün yaşamağı deyil, yaşamaq üçün yeməyi öyrənin. Geniş yayılmış təsəvvürə görə, kök uşaq sağlam uşaqdır. Bu səhvdir. Böyüklərdən fərqli olaraq, uşaqların rasionuna müəyyən qədər yağlı yeməklər əlavə etməyin zərəri yoxdur.

ABŞ-da piylənmə problemləri

“Biz mədəmizlə deyil, gözümüzlə yeyən xalqıq. Gözümüzə yemək dəydikcə hey yeyirik” (Sancay Gupta, CNN, 2008).

Valideynlər, uşaqlarınıza ekoloji cəhətdən sağlam qidalar verin, onları evdə əlçatan yerlərə qoyun.

ABŞ-da iyirmi yaşından yuxarı qadınların 36, kişilərin isə 33,5 faizi artıq çəkidən əziyyət çəkir. Bu gün yeniyetmələrin orta çəkisi keçən onilliklə müqayisədə təxminən 4 kiloqram çoxdur. Artıq çəki ideal çəkinin 20 faiz artmasıdır. Boyu 162 sm olan şəxslərin normal çəkisi 12 kiloqram artıqdırsa, deməli, artıq çəkidən əziyyət çəkirlər. Bu rəqəm 177 sm üçün 14 kiloqramdır.

Uşaqlarda piylənmə tempi böyüklərlə müqayisədə sürətlidir. Kökəlmənin başlıca səbəblərinə oturaq həyat tərzi və düzgün olmayan qida maddələri və içkilərin seçilməsi daxildir. Orta amerikalı hər gün 3700 kalori qida qəbul edir. Bu rəqəm onların gündəlik kalori normasından dəfələrlə çoxdur (Kuczmarski, 1994).

Balanslaşdırılmış və keyfiyyətli qidalar qəbul etmək lazımdır. Kök uşağın pis qidalanmadan əziyyət çəkməsi mümkündür. Valideynlər uşağa düzgün yemək vərdişləri aşılamaq üçün əllərindən gələni etməlidirlər.

“Əlhəmdulillah” deməyən uşaq

“Onları iftara çağırmışdılar. Elə oldu ki, ata dörd yumurta, iki dilim çörək və qızardılmış pendirli sendviç yemiş yeddiyaşlı oğluna dedi: “Oğlum, “əlhəmdulillah” de. Oğlu dedi: “Amma, ata, mən hələ də acam və yeməyi bitirməmişəm. İndi “əlhəmdulillah” demək istəmirəm.” Ev sahibi həmin vaxt başa düşdü ki, nə üçün uşağı yerdən qaldırmaq istədikdə bacarmayıbmış. Uşaq, doğrudan da, tosqun idi!"

Valideynlər uşağın qarnı şişənədək yeməyindən ehtiyat etməlidirlər. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: “Adəm oğlu qarnından daha pis qab doldurmamışdır. Adəm oğluna belini düz tutduracaq loğmalar bəs edir. Yox, yeyəcəksə, onda mədəsinin üçdə birini yediyinə, üçdə birini içdiyinə, üçdə birini də nəfəs almağa ayırsın” (İmam Əhməd, Tirmizi və başqaları).

Danimarka alimlərinin tədqiqatları göstərmişdir ki, ABŞ-da yeniyetmələr on beş inkişaf etmiş ölkənin yeniyetmələri ilə müqayisədə daha kökdürlər. ABŞ-da uşaqların təxminən üçdə biri hər gün ayaqüstü qidalar (“fasfud”) qəbul edir. Pis qidalanma dünyada milyonlarla uşağın ölməsinə, iflic qalmasına, səbəb olur, xəstəliklərə qarşı bədənin müqavimətini zəiflədir. Əqli qüsurların əsas səbəblərindən biri də pis qidalanmadır. Uşaqları qidalandırma məsələsi hamiləlik və üç yaş arası mərhələdə çox effektli rol oynayır (UNİCEF, 2003).

Uşaqlara düzgün qidalanma vərdişləri aşılamaq üçün qadağalara ehtiyac yoxdur; keyfiyyətsiz yeməkləri onlardan uzaqlaşdırsanız, kifayətdir. Əgər oğlanlar həddindən artıq yeyirlərsə, bu onların qarınlarının böyüməsi ilə müşayiət olunur. Yox, qızlar həddindən artıq yeyirlərsə, bu onların budlarının, sinələri və sağrılarının böyüklüyündən bilinir.

İnsan öz qəbrini dişləri ilə qazıyır.

İmam Qəzali yemək ədəb-ərkanı haqqında

İslam tarixinin böyük islahatçılarından Əbu Hamid əl-Qəzali (1058-1111) demişdir:

1. Uşaq, hər şeydən əvvəl, çox yemək istəyir. Ona yemək ədəb-ərkanı öyrətmək lazımdır. "Bismillah" deməli, yeməyi sağ əllə, öz qarşısından götürməlidir.
2. Müsəlman başqalarından əvvəl yeməyə təşəbbüs göstərməməli, yeyənlərə baxmamalı, tez-tələsik yeməməli, yaxşıca çeynəməli, əlləri və paltarını yeməyə bulaşdırmamalıdır.
3. Uşaqların yanında acgözlük və qarınqululuğun mənfi, az yeməyin isə müsbət keyfiyyət olmağı haqqında danışmaq lazımdır.
4. Uşaqlara yeməyini başqaları ilə bölüşməyi öyrətmək lazımdır. Elə tərbiyə etmək lazımdır ki, uşaq çox yeməyə, dəbdəbəli geyinməyə meyl göstərməsin.
5. Uşağı çox yedirmək gələcəkdə – həddi-buluğa çatdıqda köklüyə aparıb çıxarır, varlıların xəstəliyi sayılan tosqunluğa səbəb olur.

Uşaqlar və qidalanma haqqında faktlar

Hamiləlik dövrü. Yeyərkən nəzərə alın ki, bətninizdə uşaq daşıyırsınız. Bunu hamilə olmazdan əvvəl də nəzərə alın. Ona görə ki, sağlam uşaq dünyaya gətirəsiniz. Hamiləliyin ilk 4-6 həftəsi uşağın inkişafının həlledici mərhələsidir. Ola bilsin ki, ana bu mərhələdə hamilə qaldığını bilməsin. Hamilə qadınlar gündəlik 400 mikroqram folioasid (folio turşusu) qəbul etməlidirlər. Bu, rüşeymin baş və onurğa beyinlərinin inkişafı üçün çox zəruridir. Sinir sisteminin geniş yayılmış çatışmazlıqlarından bu yolla 50-70 faiz qorunmaq mümkündür. Hamiləlik dövründə çəkinin 10 kiloqrama 1 kiloqram artması təbiidir (Sutherland and Stoever, 1997).

Doğum – erkən yeniyetməlik mərhələsi: Uşağın bir yaşdakı sürətli inkişafı və iştahası ikinci yaşda azalır. İkinci yaşda uşaqların çəkisi ancaq 3-4 kiloqram artır. Onlarda qidalanmağa maraq azalır. Qida keyfiyyətli olsa da, uşaqlar iştahası çəkən yeməkləri yeyirlər. ABŞ-da bir çox uşaq az yağlı yemək üzündən pəhrizə təhkim olunub. Valideynləri informasiyalı olsalar da, onlar pis qidalanmadan əziyyət çəkirlər. İki yaşından aşağı uşağa yağlı yemək nəzarəti olmamalıdır. Çünki yağlar enerji və dərinin sağlamlığı üçün yağ turşuları yaradır, orqanizmə A, D, E və K vitaminlərini sormağa kömək edir. Uşaqlar inək südü içməyə hazır olduqda onlara yağlılığı 2 faiz olan və ya yağsız südləri deyil, tam yağlı adi süd verin. Bunu, ən azı, iki yaşına çatanadək edin.

Sağlam balanslaşdırılmış qidalanma rejimi çox mühümdür. ABŞ-da 2-5 yaşlı uşaqların ancaq 25 faizi belə qidalanma rejiminə sahibdir. Bu rəqəm yeniyetmələr üçün 6-dır.

Yeniyetməlik mərhələsi. Uşaqlar əsas sağlamlıq qaydalarını bilsələr də, onlara həmişə əməl etmirlər. Yeniyetmələrin yeyəcəyi sağlam qidalar bəzən mübahisə mövzusuna çevrilir. Səkkiz yaşlı uşaq stola qoyulmuş hər şeyi yeyir, amma 14 yaşına çatdığında bir ay əvvəl yediyindən imtina etməsi mümkündür. Həll yollarından biri uşaqları yeməkləri seçmək və hazırlamaq işinə ortaq etməkdir. Nahar vaxtı "kim nə qədər

yeyəcək" sualı haqqında deyil, həmin gün baş verənlər barəsində danışmaq daha düzgündür. Yeniyetmələr əvvəlki mərhələlərdə olduğundan sürətlə böyüyürlər. Bu mərhələdə qızların gündəlik 2000-2500, oğlanların isə 3000-4000 kaloriyə ehtiyacı vardır. Daha aktiv uşaqlar üçün bundan çox kalori tələb olunur. Get-gedə artan qidalanma ehtiyacı özünün pik nöqtəsinə oğlanlarda 19, qızlarda 15 yaşında çatır. Qızlar 25 yaşına çatanadək əlavə kalsium qəbul etməlidirlər. Kalsium onların sümüklərini möhkəmlədir, osteoparoz (sümüklərin zəifliyi) xəstəliyindən qoruyur. Uşaqlar vaxtı çatdıqda yeməlidirlər. Yeməyi qaçırmaq lazımlı qida maddələrindən məhrum olmaqdır. Gün boyu az-az yemək gündüz vaxtı yeməməkdən, yaxud axşam çox yeməkdən daha yaxşıdır.

2-10 yaşlı uşaqlar üçün yemək rejimi nümunəsi

Amerika Qidalanma Cəmiyyətinə görə, uşaqların gündəlik qidalanmasına daxil edilməlidir:
– dənli qidalar: 6-11 porsiya
– meyvə: 2-4 porsiya
– göyərti: 3 porsiya
– ət, balıq, toyuq və quru paxla: 2-3 porsiya
– süd məhsulları: 2-3 porsiya
– yağ, piy və şirniyyat: az miqdarda.
– Fındıq və tumlar əla yağ mənbəyidir.
1-5 yaşlı uşaqlar üçün bir porsiya hər yaş üçün təxminən bir xörək qaşığı qədərdir.
İstənilən yaş üçün bir boşqabdan artıq yemək yaxşı nəticələr vermir.

Necə etmək olar ki, uşaq hər gün kifayət qədər qida kompleksi qəbul etsin?
Bunun üçün evdə onun görə biləcəyi yerlərə az miqdarda müxtəlif qidalar qoymaq lazımdır.

Tez-tez verilən suallar

Nizamsız yemək istəklərinə baxmayaraq, uşaqların çoxu heç də pis qidalanmır. Onlar qidalardan lazım olanı əldə edirlər. Uşaqlar dadı xoşagələn qidalara üstünlük verirlər. Uşaqları sağlam şəkildə qidalandırmaq üçün aşağıda bəzi tövsiyələr göstərilib (Underwood and Kuchment, 2008):

Uşaqlara yeməkləri seçmək imkanı verilməlidirmi?

Valideynlər uşağa protein, süd, meyvə, tərəvəz, çörək, karbohidrat-2 (düyü, kartof, makaron) tərkibli qida maddələri təklif etməli, seçim etməsinə icazə verməlidirlər. Lakin uşağın xoşladığı yemək növü ilə kifayətlənmək olmaz. Valideyn uşağın adətən yediyi qidalardan birini – çörək və ya meyvə olsa da – menyuya əlavə etməlidir. Uşaqlarda vitamin çatışmazlığı nadir hallarda olur, odur ki əksər vəziyyətlərdə əlavə qidalara ehtiyac yoxdur.

Uşağın vegetarian olmağı arzu ediləndirmi?
Ət və tərəvəz məhsullarından ibarət balanslaşdırılmış qidalanma rejimi çox mühümdür. Allah Təala bütün bu qidaları insanın tələbatı üçün yaratmışdır. Dinin icazə verdiyi bütün qidaları yeməliyik, amma ifrata varmamaq şərti ilə! Uşağın qidalanma rejimində qida maddələrini hər dəfə azaltdığınızda onun az yemək "xəstəliy"inə tutulma riski artır. Ətdən, balıq və toyuqdan imtina uşaqların kalsiumla təmin olunmasını çətinləşdirir. Bədən tələb etdiyi kalsiumun 3-8 faizini tərəvəz və dənli bitkilərdən, təxminən 20 faizini isə ətdən əldə edir. Portağal və pomidor C vitamini ilə zəngindir. Onları yemək imkan verir ki, orqanizm yediyimiz əksər qidalardan kalsiumu sorub mənimsəsin. Az yağlı tərəvəz yeməkləri uşaq orqanizminin tələb etdiyi kalorini təmin etməyə bilir.

Uşaqlara yağlı yeməkləri necə vermək lazımdır?
İki yaşından aşağı uşaqlara yağlı yeməklərdə məhdudiyyət qoyulmamalıdır. Çünki onlar bu yaşda sürətlə böyüyürlər. Beyinlərinin inkişafı üçün yağ tələb olunur. Yağ orqanizmin öz funksiyalarını icra etməsi üçün lazımi enerjini, K, E, D və A vitaminlərinin bədənə sorulmasını təmin edir, yeməyə dad verir, onu isladır, asan çeynənilən edir. Yağların hormon istehsal etmək xassəsi də vardır.
İki yaşından sonra uşaqların ehtiyac hiss etdikləri 30 faiz kalorini yağlar verir. Uşaqlar süd içməyi öyrəndikdə onlara, ən azından, iki yaşına çatanadək tam yağlı süd vermək lazımdır. Bu yaşdan sonra ona tam yağlı və ya yağlılığı 1-2 faiz olan süd vermək olar. Əgər menyuda uşaqları yağla təmin edən digər qidalar mövcuddursa, yağsız süd içə bilərlər. Əgər uşaqlar az yağlı yeməklərlə qidalanırlarsa, onda lazımi kalorini əldə etmək üçün çox yeməlidirlər. Sürətli inkişaf dövründə uşaqlar əlavə miqdarda yağ yeməlidirlər ki, kifayət qədər kalori ilə təmin olunsunlar.

Uşağım süd xoşlamır. Onu lazımi miqdarda kalsiumla necə təmin edə bilərəm?

Uşaqlar və yeniyetmələr lazımi miqdarda kalsium qəbul edilməlidirlər. Çünki sümük kütləsinin yarısı uşaqlarda yeniyetmələk dövründə formalaşır. Süd ən yaxşı kalsium mənbəyidir. Əgər uşaq süd içmirsə, onda onu yeməklərə: məsələn, şorbaya, bişirilmiş kremə, pudinqə, sousa əlavə etmək mümkündür. Həmçinin kalsiumla zəngin qidaları seçmək olar: qatıq, pendir, dondurma. Şokoladlı süddə şəkər adi süddəkindən çoxdur. Buna baxmayaraq, o, əla kalsium mənbəyi hesab olunur.

Gündəlik əsas yemək vaxtları arasında uşaq nə isə "atışdıra" bilərmi?

Əlbəttə, bilər. Mədələri kiçik olduğu üçün bir dəfəyə çox yeyə bilmirlər, amma enerjiyə ehtiyacları vardır. Balacalar hər 2-3 saatdan bir yeməlidirlər. "Atışdırmaq" uşaqları nahar vaxtı "qaçırdıqları" mikroelementlərlə təmin edir. Bununla belə, "atışdırmalar"ın vaxtını tərtib etmək lazımdır. Əgər uşaq saat 7-də səhər yeməyini yeyibsə, ona 9-10 radələrinə qədər – aclıq hiss etsə də – nəyisə "atışdırmağ"ı təklif etmək lazım deyildir. Xüsusən uşaq çox az yeyəndirsə və valideynlər uşağı istənilən şəraitdə yedirmək istəyirlərsə, "atışdırmalar" cədvəlinə əməl etmək çətin olacaqdır.

Yemələrinə məhdudiyyət qoyulmayan uşaqlar elə olur ki, rejimə uyğun yeyən uşaqlardan iki dəfə çox yeyirlər.

"Atışdırma" yeməklər tərkibində meyvə, tərəvəz, bir az zülal, bir az nişasta, bir az yağ olan tikələrdən ibarət olmalıdır.

"Atışdırma" yeməklərə peçenye və südü, alma və yerfındığı yağını, krekerləri, pendir və təzə meyvə şirəsini misal göstərmək olar.

Çox narahatam, uşaqlarım heç meyvə-tərəvəz yemirlər. Axı meyvə-tərəvəz çox faydalıdır. Nə edim?

Amerikalı uşaqlar gündəlik orta hesabla təxminən 1,5 porsiya doğranmış meyvə, 2,5 porsiya[1] doğranmış tərəvəz yeyirlər. Həqiqətən, heç də hər uşaq bu və ya digər meyvə və tərəvəzin dadından xoşlanmır. Buna baxmayaraq, onlara meyvə-tərəvəz vermək çox mühümdür. Meyvə-tərəvəzi uşaqların yemək stoluna qoymaq lazımdır. Əvvəl-axır, bəzisi seçib yeyəcəklər. Uşaqlarda meyvə-tərəvəz yeməyi vərdiş halına gətirmək üçün aşağıdakıları etmək lazımdır:

– Meyvəni südlə qarışdırın, "smuzi"[2] içəcəyi hazırlayın.

– Uşaqlara ayrıca, yaxud biskvit və piroq daxilində quru meyvələr (kişmiş, banan, qaysı və gilas) verin.

– Şorba və digər yeməklərə göyərti qatın.

Uşağa xoşlamadığı yeməyi yeməsi üçün "rüşvət" təklif etmək olmaz. Məsələn, bəzi uşaqlar şokolad və ya şirniyyat müqabilində göyərti yeməyə razılaşır, amma onu nuşcanlıqla yemirlər. Bu yolla onlara tərəvəzləri sevməyi öyrədə bilmərik. Uşaqlar görəndə ki, valideynləri onlara tərəvəz yedirmək üçün müxtəlif üsullara əl atırlar, düşünürlər ki, göyərtinin dadı yaxşı deyildir.

– Valideyn uşağını boşqabda olan hər şeyi yeməyə məcbur etməməlidir. Məsələn, uşaq boşqabdakı brokkoli və ya kələmi yemək istəmirsə, ona alternativ olaraq, kalsium tərkibli süd və peçenye verə bilərik.

---

[1] Bu kitabda bir porsiya dedikdə bir xörək qaşığı nəzərdə tutulur. 1-5 yaşlı uşaqlar üçün bir porsiya hər yaş üçün təxminən bir xörək qaşığı qədərdir – ***tərcüməçinin qeydi.***

[2] "Smuzi": müxtəlif meyvə, tərəvəz, hətta göyərtidən hazırlanan qatı kokteyl – ***tərcüməçinin qeydi.***

Bir ananın təcrübəsi

Biz uşaq olanda boşqabımızdakı yeməyi şikayət etmədən axıradək yeməli idik. Əgər yağlı ət yeməkdən imtina etsəydim, anam:
– müharibə və müharibədən sonrakı illərdə baş verən aclıqdan danışır;
– dünyanın müxtəlif ölkələrində milyonlarla insanın ac olmağından söz açır;
– növbəti yemək zamanı həmin yeməyi verirdi.

Yemək arası acsaydıq, ancaq qara çörək və marqarin yağı yeməyimiz mümkün idi. Bizə başqa şey versin deyə onunla danışmağın yeri yox idi. O bunun səbəbini izah edərkən deyirdi ki, heç kimin sağa-sola xərcləyəcək qədər pulu yoxdur (Silviya Hant, Britaniya).

Uşaqlara sellülozla zəngin hansı yeməkləri verməyi tövsiyə edərdiniz?

Valideynlər uşaqlarına meyvə-tərəvəz, dənli bitkilər, çörək, düyü və makaron verməlidirlər. Sellülozla zəngin qidalara daxildir: alma, əncir, portağal, çiyələk, kartof, lobya, mərcimək, buğda, buğda çörəyi, arpa çörəyi, qəhvəyi düyü, kəpək və dənli bitkilər. Sellülozlu bitkilər xərçəngə tutulmağın qarşısını alır, çox yeməkdən daşındırır. Həmçinin sellülozlar bağırsaqlarda yağların sorulmasını azaldır, bədəndə suyun saxlanmasını təmin edir, aclığı sakitləşdirən doyumluq hissi yaradır.

Səhər yeməyinə vaxt ayırmağa dəyərmi? Səhər yemək zəruridirmi?

Bəli. Valideynlər bacardığını etməlidir ki, ailə səhər yeməyi yesin. Hətta bu bizdən 15 dəqiqə tez durmağı tələb edirsə, durmalıyıq. Səhərlər yeməyən uşaqlar məktəbdə və oyunlarda diqqətini toplaya bilmirlər. Səhər yemək bədəni və beyni lazımi

enerji ilə təmin edir. Boş qarın zəiflik və bacarıqsızlıq hissi doğurur.

Qızım arıqlamaq qərarına gəlib. Ona sağlam qidalanmağı necə öyrədə bilərəm?

Araşdırmalar göstərir ki, amerikalı yeniyetmə qızların 78 faizi çəkilərini azaltmaq istəyirlər. Onların bəzisi ət yeməkdən imtina edir, bu səbəbdən onlarda alternativ zülal mənbələrinə (quru lobya, mərcimək, noxud, süd, pendir, yumurta və qozfındıq) tələb yaranır. Qız həddi-buluğa çatdıqda ona izah etmək lazımdır ki, inkişaf etdiyi üçün ehtiyat enerjiyə ehtiyacı vardır. Bu enerjini onun dərisinin altında yaranacaq piy təbəqəsi təmin edir. Əgər o, tamamilə ac qalmaq qərarına gəlibsə, onu yeməyə öyrəşdirmək üçün həkimə müraciət etmək lazımdır.

Bəzi axşamlar ancaq ayaqüstü ("fastfud") yeyirik.

Valideynlər uşaqların qazlı içkilərdən, yağda qızardılmış kartof çubuqlarından, hamburgerlərdən istifadəsinə məhdudiyyət qoymalıdırlar. Bunun əvəzinə, qızardılmış toyuq (gril), salat, az yağlı süd, qatıq, toyuq ətindən, yaxud tuna balığı və göyərtidən hazırlanmış pizza təklif etmək olar.

Uşağınız yeməmək üçün bəhanələr gətirirmi?

Mütəxəssislər 2-5 yaşlı uşaqları "yemək üçün çətinliklə razı salınanlar" kateqoriyasına daxil edirlər. Əslində bu davranış təbiidir. Yeni yeməyə öyrəşsin deyə uşağa onu, bəlkə də, on dəfə vermək lazım gələcəkdir. Ailə ilə yemək mühümdür, çünki balacalar valideynlərinin yemək davranışlarını yamsılayır, yemək ətrafında gedən söhbətlərdən çox şey öyrənirlər. Araşdırmalar göstərir ki, indiki dövrdə ABŞ-da uşaqların ancaq 51 faizi valideynləri ilə eyni süfrə ətrafında yeyir. Eyni stolda yemək üç yaşından etibarən uşağın yeyəcəyi yeməyin müəyyənləşdirilməsində mühüm rol oynayır. ABŞ-da uşaqların 75 faizi hər gün eyni tərəvəzi yeyir. Çox hallarda bu, qaynadılmış kartofdur. Pomidor məhsulları, o cümlədən spagetti üçün salsa və

sous onların çox yediyi yeməklərdəndir. Yuxarı yaşda olan uşaqların yemək seçimi həmyaşıdlarının təsiri ilə dəyişir.
ABŞ-da beş yaşdan aşağı uşaqlar üçün süd istehlakı 16 faiz azaldığı halda eyni qrup üçün qazlı suların istehlakı 23 faiz artmışdır. Uşaqların 51 faizi ən vacib yeməyi – səhər yeməyini yemir (ABŞ Kənd Təsərrüfatı Nazirliyi, 2013).

Hansı birincidir: səhər yeməyi, yoxsa iş?
Səhər yeməyindən əvvəl işləməyin. Əgər səhər tezdən işləməlisinizsə, əvvəlcə səhər yeməyi yeyin!

Ədviyyat sağlamlıq üçün yaxşıdır, yoxsa pis?
Kornuel universitetində aparılmış tədqiqatlar göstərmişdir ki, ədviyyat yeməyi korlayan 30 növ bakteriyanı məhv edir. Yeməyə aşağıdakı ədviyyatları bacardıqca əlavə edin: soğan, sarımsaq, istiot, limon, otlar: məsələn, cəfəri, qara yarpız, kəklikotu, zirə, mixək, nanə, zəncəfil (Sherman and Billing, 1998).

Alimlər görüşlərini dəyişirlər: nə edək?
Alimlər bizi yumurta, marqarin və duz haqqında bildiklərimizi unutmağa çağırırlar. Onların apardıqları müasir tədqiqatlar

faydalı yeməklər haqqında bildiyimiz bir çox məlumatın əksini söyləyir. Məsələn, bir mütəxəssis bildirir ki, filan yemək və ya vitamin qan damarlarına xeyirlidir. Heç bir həftə keçmir ki, əksini iddia edən başqa mütəxəssis peyda olur. Yeni məsləhətlər köhnələri ilə ziddiyyət təşkil edir (Lemonick, 1999).
Həll nədən ibarətdir? Həll yolu budur ki, Quran və Sünnədə qidalar və qidalanma haqqında göstərilənlərə əməl etmək lazımdır. Yaxşı qidalanma ömür boyu sağlam qidalanma vərdişlərini seçməkdən ibarətdir. Həmçinin müxtəlif qidalardan qədərində yemək lazımdır. Qayda budur ki, az olandan çox deyil, çox olandan az yeyək.

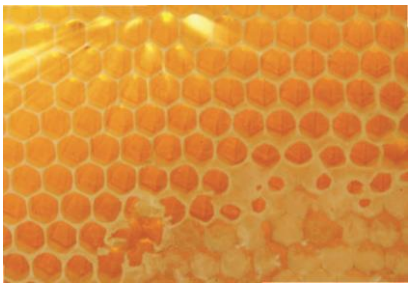
Quranda qidalanma haqqında

"Ey iman gətirənlər! Allahın sizə halal buyurduğu pak nemətləri (özünüzə) haram etməyin və həddi aşmayın. Doğrudan da, Allah həddi aşanları sevməz!
Allahın sizə verdiyi ruzidən halal və təmiz olanını yeyin. İnandığınız Allahdan qorxun!" (əl-Maidə, 87-88);

"Ey Adəm oğulları! Hər bir ibadət vaxtı gözəl libaslarınızı geyin, yeyin-için, lakin israf etməyin, çünki (Allah) israf edənləri sevməz!" (əl-Əraf, 31);

"De: "Allahın Öz bəndələri üçün yaratdığı zinəti və təmiz ruziləri kim haram buyurmuşdur?" De: "Bunlar dünyaya iman gətirənlər üçündür, qiyamət günündə isə yalnız möminlərə məxsusdur". Biz ayələrimizi anlayıb-bilən bir tayfaya belə ətraflı izah edirik" (əl-Əraf, 32);

"Sonra bütün meyvələrdən ye və rəbbinin sənə göstərdiyi yolla rahat get! (O arıların) qarınlarından insanlar üçün şəfa olan müxtəlif rəngli bal çıxar. Şübhəsiz ki, bunda düşünüb dərk edənlər üçün bir ibrət vardır!" (ən-Nəhl, 69);



"...İndi içərinizdən birini bu gümüş pulunuzla şəhərə göndərin ki, görsün ən təmiz taam hansıdırsa, ondan sizə ruzi (yemək alıb) gətirsin..." (əl-Kəhf, 19).

Beləliklə:

– Hər növ qidadan qədərində yeyin. Bir şeydən çox yeməyin, əksinə, hər şeydən az yeyin.

– Vegetarian olmaq bilik və təcrübə tələb edir. Çalışın ki, rasionunuzda kifayət qədər ət olsun.

– Donuz və ölü heyvanların ətini yeməyin, alkoqoldan, narkotik maddələr və siqaretdən uzaq durun.

– Mədənizi bütünlükdə doldurmayın. Süfrədən azacıq aclıq hissi ilə ayrılın.

– Gündəlik menyunuza bal əlavə edin. Balda şəfa və müalicə vardır.

– Zeytun yağından istifadə edin. Zeytun yağı sizi HDL – xeyirli xolesterin ilə təmin edir, qanda zərərli xolesterinin (LDL) miqdarını azaldır.

– Kimyəvi qarışığı olan, pestisidlər vurulmuş, süni maddələr artırılmış qidalardan uzaq durun.

Pediatrın qəribə resepti

Ata xəstə qızına yazılmış reseptin zərfini açdıqda orada on dollar və pediatrın qeydini gördü. Həkim yazmışdı: "Qızınıza yaxşı yemək alın. O, pis qidalanmadan əziyyət çəkir".
Bu kimi hadisələr göstərir ki, bəzi ailələrdə uşaqlar yaxşı qida ilə təmin edilmirlər. Bu da onların inkişafını ləngidir. Cəmiyyətdəki tələş, ora-bura vurnuxma böyüklərə uşaqların sağlam qidalarla olan tələbatını unutdurur. Valideynlər böyüməkdə olan uşaqların əsas qida ehtiyacını təmin etməlidirlər. Uşaqların maddi və mənəvi ehtiyaclarını təmin etmək çox mühümdür.

Uşaqlar və fiziki məşğələlər

"Sabah onu bizimlə birlikdə (çölə gəzməyə) göndər, qoy oynayıb əylənsin, gözü-könlü açılsın. Biz onu mütləq qoruyacağıq!" (Yusif, 12).

"Bura gəl", "Evin ətrafına qaçma", "Sənə demişəm ki, evdə topla oynama" və s. Bütün bu iradları valideynlərin tez-tez uşaqlarına bildirirlər. Onlar səhv edirlər, uşaqlarına bunun əksini deməlidirlər: "Get basketbol oyna", "Get dostlarınla futbol oyna", "Get uzun məsafədə qaç" və s.

Fiziki aktivlik uşağa nə üçün lazımdır?

Fiziki aktivlik orta insan ömrünü artırır, ürək-damar xəstəliklərinə tutulmaq riskini azaldır. Onun fiziki, psixoloji və sosial faydaları vardır. Passiv uşaq, çox güman ki, passiv yeniyetmə olacaqdır. Fiziki aktivlik:

– çəkini nəzarətdə saxlamağa kömək edir;
– qan təzyiqini aşağı salır;
– qanda xolesterinin səviyyəsini tənzimləyir;
– şəkər xəstəliyi və xərçəngin bəzi formalarına tutulmaq riskini azaldır;
– psixoloji vəziyyəti yaxşılaşdırır (özünəinam və özünüqiymətləndirməni artırır);
– komanda ruhu aşılayır.
(Amerika Ürək Assosiasiyası).

ABŞ-da 6-17 yaşlı uşaqların təxminən 21 faizi piylənmədən əziyyət çəkir. Kişik yaşlarında çox yemək onları kök yeniyetmələrə çevirir. Yeniyetməlikdə köklük şəkər xəstəliyinə, ürək-damar xəstəliklərinə, insulta, xərçəng və digər xroniki xəstəliklərə tutulmaq riskini artırır. Köklükdən və digər xəstəliklərdən qorunmağın ən yaxşı vasitəsi uşaqlıqdan fiziki aktivlik göstərməkdir. Çünki fiziki məşğələlər gücü, çevikliyi və dözümü artırır.

Məşğələlər uşaqlar üçün həmişə oynamaq və aktivlik deməkdir. Aktiv uşağın əzələləri güclü, sümükləri və bədəni möhkəm, həyata baxışı sağlam olur. Süst (fəaliyyətsiz) uşaqlar isə xəstəliklərə tez tutulur, köklükdən əziyyət çəkirlər. İdmanla məşğul olan uşaqlar rahat yatır, gündəlik fiziki və emosional yükün altından asanlıqla çıxır. Məsələn, onlar səhərlər gecikdikdə avtobusa qaçıb çatır, əyilib ayaqqabı qayışını bağlayır, imtahanlara hazırlaşırlar. Uşaqlıqda özünü göstərən fiziki passivlik yeniyetməlikdə də eyni vəziyyətə səbəb olur (ABŞ Xəstəliklərə Nəzarət və Qorunma Mərkəzi).

Uşaqlar və ayaqqabı

"Qardiyan" qəzetində maraqlı məqalələrin müəllifi, fitness üzrə mütəxəssis Sem Mörfi bildirir ki, uşağın ayaqyalın gəzməsi ayaqqabı ilə gəzməsindən yaxşıdır. Mörfi xəbərdarlıq edir ki, narahat ayaqqabı uşaqlarda onurğa sütununun inkişafına mənfi təsir göstərə bilir. Pediatr Treysi Birnə görə, ayaqyalın gəzmək pəncə əzələləri və bağlarını inkişaf etdirir, pəncə qövsünün

möhkəmliliyini artırır, düzqamətliliyə şərait yaradır, uşaqda ətraf mühitə qarşı əminlik formalaşdırır.

Ayaqqabılar dəbə uyğun olmamalıdır; əks halda, balaca ayaqlara zərər verə bilər. "The Foot" tibb jurnalının 2007-ci il nəşrində dərc olunmuş tədqiqat göstərmişdir ki, bəzi uşaq ayaqqabıları çox möhkəmdir və fiziki aktivliyi təmin edəcək qədər elastik deyildir. Belə ayaqqabılar ayağı sıxır, sərbəst gəzməyə əngəl olur. Yaxşı oturmayan və ya düzgün hazırlanmayan ayaqqabılar pəncələri travmaya məruz qoyur. Bu təhlükəlidir, çünki pəncələr geyilən ayaqqabının formasını alır, özünü təbii və rahat "hiss" etmir. Dar və möhkəm ayaqqabılar pəncələrin normal inkişafına mane olur.

Valideynlər uşaqlarına paltar və ayaqqabı alarkən son dəbə, gözəllik və cazibədarlığa deyil, rahatlığa üstünlük verməlidirlər. Uşaqları həm də (məsələn, evin həyətində) ayaqyalın gəzməyə həvəsləndirmək lazımdır (Murphy, 2010).

Uşaqlarda aktivliyi artırmağın yolları

Uşaqlarda fiziki məşğulluq vərdişinin yaranmasında valideynlərin rolu böyükdür. Aşağıda bəzi təkliflər göstərilmişdir:

– Televizora baxmaqla, kompüter oyunları ilə keçirilən vaxtı azaldın. Uşaqların çoxu məktəbdən sonra televizora baxır, ata və ana işdən qayıdanadək ev tapşırıqlarını yerinə yetirirlər.

Uşaqlar məktəbdən sonra aktiv vaxt keçirməlidirlər. Dərsləri isə axşam etmək mümkündür.

– Uşaqları yaşa uyğun aktiv məşğələlərdə iştirak etməyə həvəsləndirin. İki yaşınadək uşaqlar televizora baxmamalıdırlar (Amerika Pediatriya Akademiyası).

– Uşağa öyrədin ki, aktiv məşğələlərdə iştirak etmək əyləncəlidir, fiziki aktivliyin müxtəlif formaları vardır. Əgər uşaqlar fiziki aktivlikdən həzz alırlarsa, onu davam etdirmək istəyəcəklər.

– Fiziki məşğələdən cəzalandırma kimi istifadə etməyin. Məsələn, müəllimin səhvə yol verən şagirddən beş dövrə qaçmağı tələb etməsi doğru deyildir.

– Valideynlər uşaqlara nümunədirlər. Onlar davamlı şəkildə fiziki aktivlik nümayiş etdirməlidirlər. Lift əvəzinə pilləkənlərdən istifadə edin, avtomobil sürməkdənsə piyada gəzin, adi gəziş yerinə iti addımlarla yürüyün.

– Fiziki aktivliyə bütün ailəni ortaq edin. Valideynlər özləri divanda əyləşib, uşaqlara "gedin gəzməyə" deməməlidirlər.

– Müntəzəm fiziki aktivlik və düzgün qidalanma rejimi sağlam həyat tərzinə aparan yoldur.

– Gücü, çevikliyi və dözümlülüyü artıran əyləncəli aktiv məşğələlərə təşviq olmalıdır. Yüngül məşğələlərlə, məsələn, yellənməklə, ağaca dırmanmaqla, əllər üzərində dayanmaqla, güləşməklə güc yığmaq mümkündür. Dartma, itələmə və sıxma təmrinlərinə də təşviq olmalıdır.

– Uşaqlarınıza aerobikanı öyrədin. Aerobika zamanı ürək sürətlə döyünür, insan dərindən nəfəs alır. Nəticədə ürək əzələləri güclənir, bədəndəki hüceyrələrə daha çox oksigen ötürülür. Aerobikaya daxildir: basketbol, voleybol, velosipedsürmə, buzdasürüşmə, diyircəkli konkilərdə şütümə, futbol, üzgüçülük, tennis, ağır yerişlə qaçmaq, sürətli qaçış.

Təklif olunan təmrinlər cədvəli

Uşaqların inkişafı üçün yaşa uyğun təmrinlər cədvəli tərtib etmək lazımdır. İdman və Bədən Təlimi Milli Assosiasiyası (NASPE) aşağıdakıları tövsiyə edir:

Yaş	Minimum gündəlik aktivlik	Qeydlər
Südəmər	Konkret müddət yoxdur	Fiziki aktivlik hərəkət və əzələ inkişafına (moto-rika) kömək edir
Üç yaş	90 dəqiqə	planlı təmrinlər (30 dəqiqə), sərbəst oyunlar (60 dəqiqə)
Məktəbəqədər	120 dəqiqə	planlı təmrinlər (60 dəqiqə), sərbəst oyunlar (60 dəqiqə)
Məktəb dövrü	Bir saatdan çox	ayrı-ayrı 15 dəqiqəlik təmrinlər

Amerika Ürək Assosiasiyası aşağıdakıları tövsiyə edir:

– İki yaşdan etibarən bütün uşaqlar hər gün 30 dəqiqə əyləncəli, yüngül fəaliyyətdə iştirak etməlidirlər.

– Ürək və ağciyərin sağlamlığı üçün uşaqlar həftədə 3-4 gün fiziki fəaliyyətlə məşğul olmalıdırlar.

– Əgər uşaq hər gün fiziki aktivliyə yarım saat ayırmırsa, onda ona hərəsi on beş dəqiqə çəkən iki, ya da on dəqiqə çəkən üç aktiv məşğuliyyət tapşırın.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Güclü mömin Allahın nəzərində zəif mömindən hər bir xeyir işdə üstündür" (Müslim).

Söhbət iman və fiziki baxımdan güclü olmaqdan gedir.

"İstifadə et ya da əldən çıxar" qaydası vətərlərə, ürək əzələləri və beyin hüceyrələrinə də şamildir. Fiziki təmrinlər uşağın inkişafı üçün çox zəruridir. Sağlam bədənə sahib olmaq nə qədər yaxşıdırsa, sağlamlığı qoruyub saxlamaq bir o qədər çətindir. Formada olmağın enerji səviyyəmizə, zehni meyllərimizə, mənəvi halımıza təsiri müsbətdir.

Əgər bazar ertəsi qaçmışsınızsa və bunu cümə gününədək təkrar etməyibsinizsə, qaçmadığınız günlərin yerini doldurmaq üçün cümə günü qaçarkən kilometrlərin sayını çoxaltmayın. Özünüzü yormayın, gündəlik qaçışınıza davam edin. İdman oyunları zalında və ya xaricində məşq edin.

Hətta südəmər uşaqların yemək və yuxu arası saatlarda bəzi təmrinlərə ehtiyacı vardır. Məsələn, doğulandan bir yaşınadək olan uşağı beli üstündə uzadın, ayaqlarını ehtiyatla, sanki, velosiped sürürmüş kimi hərəkət etdirin. Yaxud başını qaldırmağa təşviq etmək üçün ayağını qarnının üstünə qoyun. Həmçinin bədənini hərəkət etdirərək yaxınlıqdakı oyuncaqlara çatsın deyə onu döşəmədə adyalın üstünə qoya bilərsiniz.

Yuxu

Uşaqlar gün ərzində aktiv və sağlam olmaq üçün kifayət qədər yatmalıdırlar. Uşaqlıqdakı yuxu vərdişləri sonrakı mərhələlərdə davam edir. ABŞ-dakı Yaxşı Yuxu Şurasının hesabatında deyilir ki, sorğu iştirakçılarının üçdə ikisinə görə az yatmaq onların əmək fəaliyyətinə təsir göstərir. Kişilərin 26, qadınların isə 13 faizi işdə yatdıqlarını etiraf etmişlər. Gecə yatmaq lazımdır. Çünki orqanizmimiz gecə yatmaq, gündüz ayıq qalmaq üçün proqramlaşdırılıb. Orqanizm günəş batandan sübhədək dincəlmək istəyir. Fövqəladə hallara xas bəzi istisnalar vardır. Mə-sələn, Şimali Avropada gecə-lər yayda olduqca qısa, qışda isə son dərəcə uzundur. Şotlandiyanın şimalında yayın ortasında günəş saat 10.30-da batır, 3.00-da çıxır. Qışda isə bu rəqəmlər 15.30 və 09.00-dır.

"Biz sizləri cüt-cüt yaratdıq.
Yuxunuzu da istirahət etdik.
Biz gecəni örtük etdik.
Gündüzü isə güzəranlıq (dolanışıq) vaxtı etdik" (ən-Nəbə, 8-11).

Gündüzlər yatmaq gecə yuxusuzluğunu əvəzləmir. Gecələri lazımınca yatmaq orqanizmə gümrahlıq və sağlamlıq bəxş edir, müxtəlif xəstəliklərə tutulmaq riskini azaldır.
Ramazanda gecələri ayıq qalmaq, gündüzləri isə yatmaq bəzi müsəlmanların adətinə çevrilib. Oruc tutmaq gecəni gündüzlə, gündüzü də gecə ilə əvəzləmək mənasına gəlmir. Bu, orqanizmin təbii ritmini pozur. Günəş batdıqda beyindəki həssas mexanizm bədən üzvlərinə dincəlmələri üçün siqnallar göndərməyə başlayır. Qaranlığın düşməsi ilə yuxuya hazırlıq əsnəməklə başlanır. Sonra göz qapaqlarımız ağırlaşır, hərəkətlərimiz yavaşıyır. Daha sonra yatırıq, beləliklə, beynimizin ətrafla əlaqəsi kəsilir. Yuxulama aktına melatonin və serotonin hormonları nəzarət edir. Bu hormonların ifrazı üçün qaranlıq mühit tələb olunur.
Gecəni ayıq qalıb gündüzləri yatmaq "bioloji saat"ımızı sıradan çıxarır. Bu saat sayəsində biz səhərlər yuxudan

gümrah və enerjili oyanırıq. Bu təbii saata müdaxilə yuxu pozğunluğuna səbəb olur. Lazımi qədər yatmadıqda bədən və beynin ehtiyacları ödənmir, zehni bacarıq və reflekslər zəifləyir, reaksiyalar yavaşıyır. Bu təhlü-kəlidir və, ələlxüsus, bir iş görərkən, sükan arxasında oturarkən və ayıqlıq tələb edən digər işlərdə ağır nəticələri vardır. Yuxu azlığı səbəbindən zəifləmiş reflekslər qəza və səhvlərə səbəb olur. Yuxusuzluq kumulyativ (toplanma) səciyyə daşıdığından beyin yuxu "borclar"ını yadda saxlayır. Bu "borclar"ı yaxşı yuxu ilə "ödəmək" lazımdır. Mütəxəssislərin çoxuna görə, normal zehni və fiziki fəaliyyət üçün 7-9 saat gecə yuxusu tələb olunur. Yuxu-muz azaldıqca məhsuldarlıq və enerjililiyimiz azalır. Həmçinin az yatmaq əsəbiliyə, səndələmələrə, idrak qabiliyyətinin zəifləməsinə səbəb olur.

Yuxusuzluq nə ilə nəticələnə bilir?

Yuxu azlığı immun hüceyrələrinin müalicəviliyinə təsir edir. Nəticədə immun sistemimiz zəifləyir, xəstəlik və infeksiyalara yoluxmaq riski artır. Yaxşı yuxu rejimi sağlamlığı və yaddaşı, sayıqlıq, əqli və əzələ reflekslərini yaxşılaşdırır. Yaxşı yatdığı-mızda fəal şəkildə işləyir, səhv etmir, yanlış qərar vermir, pulu boş yerə xərcləmir, bəzən ölümlə nəticələnən qəzalara yol vermirik. Bədən və intellekt birbiri ilə əlaqəlidir. Baş beyin, sinir sistemi, immun sistemi neyromediatorlar (beyindəki kimyəvi maddələr) vasitəsilə bir sistem əmələ gətirir. Neyromediatorlar sinir sistemindən başlanır.

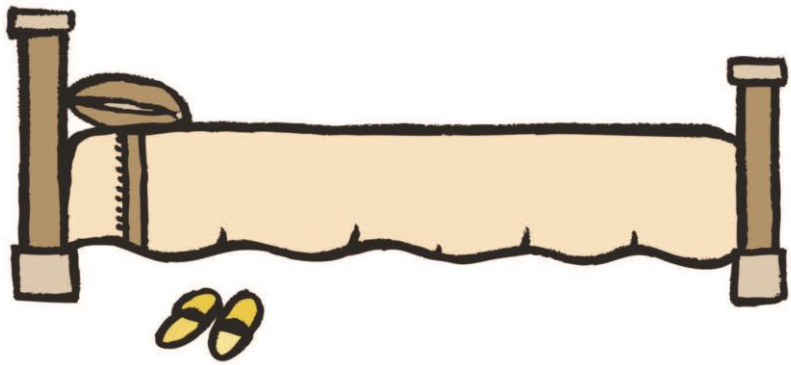
Yaxşı yuxu enerjini artırır, əhval-ruhiyyəni qaldırır, yaddaşı gücləndirir, diqqəti və düşünmə qabiliyyətini yaxşılaşdırır. Kifayət qədər yatmamaq və ya adət etmədiyimiz saatlarda yatmaq müxtəlif xəstəliklərə, o cümlədən yoğun bağırsaq və süd vəzisi xərçənginə, şəkərli diabetə, ürək və köklük xəstəliklərinə tutulmaq riskini artırır. Gözlər dumanlı olur, işdə yuxu basır. Qərbdə insanlar ifrat dərəcədə sosiallaşıblar, keçmişdə olduğu kimi, kifayət qədər və lazımi vaxtlarda yatmırlar.

Kökəlmənin səbəblərindən biri də az yatmaqdır. Az yatmaq

iştahanı tənzimləyən hormonları və zülalları sıradan çıxarır.

Araşdırmalar göstərmişdir ki, yata bilməmək əsəb və həyəcan yaradır, stress hormonlarının ifrazını gücləndirir, qan təzyiqinin artmasına səbəb olur. Yatmamaq ürək tutmalarının, insultun əsas səbəblərindən olub, orqanizmdə iltihablar yaradır, ürək xəstəliklərinə, xərçəng və şəkərli diabetə tutulmaq riskini artırır. Qısa müddətli mürgüləmələr yatmamağın zərərli təsirlərinin aradan qaldırılmasına kömək edir.

Yatmaq qan damarlarımızı qoruyan daxili səth hüceyrələrinin yaranmasına təsir edir, onların funksionallığını artırır. Məlum olur ki, nə üçün insanlar əsasən səhər tezdən ürək tutması və ağrılarına məruz qalırlar. Harvard Tibb Kollecinin professoru Eva Şernhammer deyir: "Melatonin hüceyrə şişlərinin inkişafına mane ola bilir. O bizi xərçəngdən qoruyur". Əgər siz gecələr işığa məruz qalsanız, orqanizm az miqdarda melatonin ifraz edəcəkdir. Bu isə xərçəngə tutulmaq riskini artırır (Stein, 2005). Bədxassəli



Gecələri yeddi saatdan az yatan 32-49 yaşlı 10000 nəfər üzərində aparılmış müayi-nələr göstərmişdir ki, onlar başqaları ilə müqayisədə kökəlməyə daha meyllidirlər.

şişlərə, o cümlədən prostat xərçənginə tutulmaq az yatmaqla əlaqədar ola bilir. Yuxu pozğunluğu olan və ya gecədən keçmişədək ayıq qalan, yaxud gecələr tez-tez oyanan

şəxslər də eyni problemlərdən əziyyət çəkirlər. Çox az yatmaq iştahanı tənzimləyən grelin və leptin hormonlarının ifrazına ciddi təsir göstərir.

"Tez yatıb tez durmaq insanı sağlam, varlı və müdrik edir" (Benyamin Franklin).

Alkoqol və narkotiklərdən istifadənin qarşısını necə almalı?

Sağlamlığı qorumağın vacibliyini nəzərə alaraq, valideynlər və uşaqlar sərxoşedici içkilərdən uzaq olmalıdırlar. Bu içkilər, eləcə də siqaret hamilə analar, uşaqlar və atadakı spermatozoidlər üçün təhlükəlidir.

Bir dəfə qarşısını almaq sonralar uzun müddət müalicə olunmaqdan yaxşıdır

Alkoqolizm və narkotik maddələrdən asılılıq xüsusi tibbi və psixoloji müalicə tələb edir. Aşağıdakı tövsiyələrin bunun qarşısını alacağına ümid edirik. Böyük problemlər şərt deyil ki, ciddi səhvlər ucbatından baş versin; əksinə, onların bir neçə ikinci dərəcəli amillərin birləşməsi ilə meydana çıxması da mümkündür. Əgər valideynlər ailədə sağlam və xoşbəxt mühit yarada bilsələr, onda uşaqların evdən kənarda məmnunluq axtarmaq ehtimalı azalacaqdır.

İçki düşkünlüyü və narkotik maddələrdən (marixuana, kokain, geroin, hallüsinasiya (qarabasma) həbi) asılılıq beyin hüceyrələrinin böyük hissəsini öldürür, qan dövranına və reproduktivliyə mənfi təsir göstərir, tənəffüs sistemi xəstəliklərinə səbəb olur. Narkotik maddələr beyin hüceyrələrinə zərər vurur, aqressivliyə meyl yaradır, reallıq barədə təsəvvürləri təhrif edir, motivləşdirməni yox edir. Narkotik maddələrdən, hətta ən yüngül uyuşdurucu sayılan marixuanadan istifadə uşaqlarda şizofreniya yarada bilir.

Uşaqlar və başdan çıxarma (şirnikdirmə)

Uşaqlar bəzən yoldaşları tərəfindən uyuşdurucu maddələrdən istifadəyə təşviq edilir. Bu vaxt onlar iradə nümayiş etdirib tələyə düşməməlidirlər. Yeniyetməlik (14-20 yaş) həyatın ən çətin mərhələsidir. Bu mərhələdə vacibdir ki, uşaqlar narkotik maddələr haqqında biliklərə sahib olsunlar. Həmyaşıdları tərəfindən narkotik maddələrdən istifadəyə təşviq olunduqda və ya təzyiqlərə məruz qaldıqda uşağınızın necə davranacağına dair kiçik tamaşa hazırlayın, rolları bölüşün.

ABŞ-da hər iki nəfərdən biri içkinin, yaxud narkotik maddənin "dadına baxmışdır". Zərəri və təhlükəsi haqqında danışmaq insanları içkidən və ya siqaretdən çəkindirmir. Siqaretin ağciyərlərə zərəri haqqında filmə baxmaq, bəlkə də, siqaret çəkən şəxsin dərhal çölə çıxaraq siqaret çəkməsi ilə nəticələnəcəkdir.

Yeniyetmələrlə kənar təzyiq və ona müqavimət göstərmək məsələsini müzakirə etmək lazımdır. Valideynlər onlara narkotik maddələrdən asılılığın səbəblərini izah etməlidirlər. Demək lazımdır ki, "havada uçmaq" effekti təbii deyildir; qısa müddətə rahatlıq verən bu saxta "uçmalar"dan sonra dəhşətli "enmələr" başlanır. Əgər bunu uşaqlara izah etməsək, onlar narkotik maddə istifadəçilərinin aldadıcı hekayələrinə qulaq asdıqdan sonra valideynlərinin yalan danışdığını güman edəcəklər. Yeniyetmələrə başa salmaq lazımdır ki, bu "ləzzət"in ağır nəticələri vardır: qısamüddətli həzz uzunmüddətli əziyyət və ağrılarla əvəzlənir. Qurani-Kərimdə şərab içmək və qumar oynamağın nəticələri haqqında deyilir:

"(Ya rəsulum!) Səndən içki və qumar haqqında soruşanlara söylə: "Onlarda həm böyük günah, həm də insanlar üçün mənfəət vardır. Lakin günahları mənfəətlərindən daha böyükdür"! (Allah yolunda) nəyi paylamalı olduqlarını soruşanlara isə de:

> *"Ehtiyacınızdan artıq qalanını!" Allah sizə Öz ayələrini bu cür bildirir ki, bəlkə, fikirləşəsiniz" (əl-Bəqərə, 219).*

Bəzən qədərində içmənin ürəyə və ya beyinə faydası haqqında deyilənləri eşidirik. Amma, ümumi götürdükdə, içkinin zərərləri faydasında qat-qat çoxdur.

Uşaqlarda narkotik maddələrdən istifadənin ilk əlamətləri: valideynlər nə etməlidir?

Valideynlər diqqətli olmalıdırlar ki, problemi vaxtından əvvəl aşkarlayıb, lazımi tədbirləri görə bilsinlər. Geniş yayılmış əlamətlərə daxildir: qarsalanmış staniol (qalay folqası), dəstəyi qatlanmış qaşıq, yanmış staniol və qablar, güzgülər, ülgüc tiyələri, kağız bürmələmələri, plastmas qutu və şüşələr, siqaret kağızları, damcıtökən, dərman şüşələri, ayaqyolunda və ya yeniyetmələrin paltarında qan damcıları, qollarını çırmalamaq istəməmələri, iştaha pozuqluğu, şirniyyata olan doymaz iştaha, az yatmaq istəyi, səhər oyana bilməmək, şübhəli telefon danışıqları, gizlin və xəlvəti hərəkətlər. O da mümkündür ki, uşaqlar heç bir şey

hiss etdirmədən narkotik maddələrə aludə olsunlar. Əgər valideynlər şüb-həyə düşüblərsə, uşağın ağız, burun və ya dodaqlarında yara (iltihab) olub-olmadığına, sərxoş vəziyyətə düşüb-düşmədiyinə, yaxşı görüb-gör-mədiyinə fikir verməlidirlər. Əgər uşaq ətrafdakı narkomanlarla oturub-dururs a, ciddi tədbir görmək lazımdır.

Uşaqları bundan necə qorumaq olar?

– Müxtəlif yollarla ailə fərdlərinin imanını gücləndirmək lazımdır. Çünki iman ən yaxşı müdafiə vasitəsidir. Narkotiklər, alkoqol və qumar islamda qadağan edilmişdir. Yuxarıdakı ayədə göstərilmiş "xəmr" (içki) sözü düşünmə prosesini dumanladan, hərəkətlərə nəzarətin itirilməsinə səbəb olan istənilən sərxoşedici maddə və mayeləri ifadə edir.

– Ailə üzvlərinizə içki, siqaret və narkotiklərin səbəb olduğu xəstəliklər və zərərləri haqqında danışın. Effektli nəticə əldə etmək istəyirsinizsə, uşaqlarınıza alkoqolik və narkoman şəxsləri kənardan göstərin. Yeniyetmə uşağınıza içki və narkotiklərin sosial, tibbi və iqtisadi zərərləri haqqında yazı hazırlamağı və onu ailədə sizə danışmağı tapşırın. Əgər bu araşdırma maliyyə vəsaiti tələb edirsə, xəsislik etməyin.

– Böyüklərin nəzarəti ən preventiv tədbirdir. Böyüklər nəzarət etdikdə gənc özünə zərər yetirə bilmir. Yeniyetmə uşaqlarınıza gecə saatlarında evdən kənarda gəzməyə icazə verməyin. Valideynlər harasa səfərə getdiklərində yeniyetmə uşaqlarını evdə təkbaşına qoymamalıdırlar. Valideynlər birlikdə gəzməyə getməyi vərdiş halına gətirməli, evdə və xaricində birlikdə daha çox vaxt keçirməyi planlaşdırmalıdırlar. Həmçinin yeniyetmələrə çox pul vermək onları korlayır, – bu onlara imkan verir ki, narkotiklər alsınlar.

– Valideynlər vaxtaşırı olaraq yeniyetmələrin otaqlarında yoxlama aparmalıdırlar. Bu vaxt onlara bildirməlidirlər ki, şəxsi işlərinə qarışmaq istəmirlər, amma vacib olan şeylər var. Onlar deməlidirlər ki: "Biz sənin salamatlığın və rahatlığına görə məsuliyyət daşıyırıq". Axtarış mü-

daxilə deyildir, əksinə, yeniyetmələrin başa düşdüyü həqiqi səbəbin aşkara çıxarılması üçündür. Həmçinin onlardan xəbərsiz ciblərini, çanta və pul kisələrini axtarmaq lazımdır.

– Uşaqlara "mənim həyatım, mənim otağım" sərbəstliyi vermək olmaz. Bu cür səlahiyyət vermək dağıdıcı ola bilir. Onların yataq otağına televizor və ya internetə girişi olan kompüter yerləşdirmək olmaz.

– Yaxşı dostlar seçin. Valideynlər uşaqlarına qonşulardan, qohumlar və cəmiyyət arasından yaxşı dostlar seçməlidirlər. Uşağa yaxşı dost tapmaqda kömək etmək zəhmət tələb edir.

Belə qoruyucu tədbirlərə baxmayaraq, bəzən uşaqlar öz başlarına dərd açırlar. Təşvişə düşməyin! Təşviş iztirab və qəzəb yaradır. Ciddi müzakirə və mütəxəssis məsləhəti isə problemlərin həllinə kömək edir. Valideynlər hisslərinə nəzarət etməli, vəziy-yəti nəzarətdə saxlayıb, gələ-cəyi nəzərə almalıdırlar. Bir çox vəziyyətdə mütəxəssis köməyi çox şeyi həll edir. Ailədə kiminsə narkoman olmağından utanaraq, yaxud qanundan qorxaraq problemi gizlətmək, mütəxəssis köməyinə müraciət etməmək ciddi səhv olardı.

Bərk qəzəblənməmək üçün təsəvvür edin ki, qarşınızdakı sizin deyil, bir dostunuzun yanınıza məsləhətə gəlmiş uşağıdır. Bu sizə sakit düşünmək, münasib həll yolu tapmaq, problemi daha da çətinləşdirən emosional coşqunluqdan uzaq olmaq imkanı verəcəkdir. Həmçinin siz tək deyilsiniz, eyni problemdən dünyada milyonlarla ailə əziyyət çəkir.

Valideynlər uşaqları qorumaq üçün onlara aşağıdakıları danışmalıdırlar:

İçki bütün pis işlərin başında gəlir

Osman ibn Əffanın içkinin zərərləri haqqında rəvayət etdiyi hədis vardır:

"İçkidən uzaq durun. İçki bütün pis işlərin başında gəlir. Sizdən əvvəl yaşamış bir nəfər vardı. İbadət edir, qadınlardan uzaq dururdu. Bir əxlaqsız qadın ona aşiq oldu. Qadın kənizi ilə xəbər göndərdi ki, bir məsələdə

onun şahid olmağını istəyir. Abid kənizlə yola düşdü. O, evə girdikdə keçdiyi hər qapını kəniz arxadan bağlayırdı. Nəhayət, gözəl bir qadının yanına çatdı. Qadının yanında uşaq və içki şüşəsi vardı. Qadın dedi: "And olsun ki, səni şahidlik edəsən deyə çağırmamışam. Mən səni ya mənimlə cinsi əlaqədə olmaq, ya bu şərabdan bir kasa içmək, ya da bu uşağı öldürmək üçün çağırmışam. Əks halda, qışqırıb səni biabır edəcəyəm." Abid gördü ki, qadının dediklərindən hansınısa etməlidir. Dedi: "Şərabdan bir kasa ver". Elə zənn edirdi ki, şərab qətl və zinadan az zərərlidir. Qadın bir kasa şərab verdi. Abid içdikdən sonra dedi: "Bir kasa da ver." İçdi və sərxoş oldu, uşağı öldürdü, qadınla zina etdi.

İçkidən uzaq durun! Çünki qəlbdə eyni vaxtda həm iman, həm də içki sevgisi olmaz: biri digərini sıxışdırıb çıxarar" (Beyhəqi, Nəsai).

Hədisdən çıxarılacaq dərs budur: İçki şər əməllərin başında gəlir.

Kokain rüşeymi zədələyir

Keçən əsrin səksəninci illərinin ortalarında ABŞ-da "kokain epidemiyası" meydana çıxmışdı. Pediatrlar görmüşdülər ki, kokainə aludə olmuş hamilə qadınların dünyaya gətirdiyi uşaqlar digər uşaqlardan fərqlənir, çəki azlığından əziyyət çəkir, titrəyir, çox ağlayır, qucaqlanma və ya toxunulmaqdan qorxur, eşitdikləri hər səsdən ürkürlər. Məktəb yaşına çatdıqlarında çoxu hələ də yırğalanmadan oturmağı, diqqəti cəm etməyi bacarmır. "Kokainli uşaqlar" itirilmiş nəsildir (Begley, 1998).

Heç də hər uşaq məsum deyil

1987-ci ildə Şimali Amerika Müsəlman Gənclər Assosiasiyasının prezidenti Virciniya ştatı Herndon şəhər Polis idarəsinin rəhbərini Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun keçirdiyi "Alkoqollu İçkilərdən Qorunma" adlı seminara dəvət etmişdi. Polis şefi belə bir əhvalat danışmışdı: "Bir dəfə biz ərazidə qiymətli əşyaların itməsi haqqında çoxlu şikayət ərizəsi almışdıq. 14 yaşlı bir oğlandan şübhələnirdim. Valideynlərinin yanına

getdim. Əlimdə oğlanın otağını yoxlamaq icazəsi vardı. Valideynləri qətiyyətlə qarşı çıxdılar: "Bunu oğlumuz edə bilməz. O ki yaxşı uşaqdır!" Soruşdum: "Bundan əvvəl onun otağını yoxlamışsınızmı?" Dedilər: "Heç vaxt. O, israrla bildirir ki, otağı ona məxsusdur. Bizə girməyə icazə vermir. Evdən çıxanda həmişə qapısını bağlayır." Otağına daxil olduqda itmiş qiymətli əşyaları orada gördüm: televizorlar, kameralar, stereo-maqnitofonlar, saatlar, zinət əşyaları. Valideynlərinə dedim: "Ona ayrıca otaq versəniz də, bu ev sizindir və sizin orada istədiyiniz yerə daxil olmaq hüququnuz var. Oğlunuzun otağını vaxtaşırı olaraq yoxlayın".

Bu sizin də uşağınızın başına gələ bilərmi? Əgər polis şefinin yuxarıdakı tövsiyəsinə əməl etsəniz, gəlməz.

Bir sərxoşun dediklərindən

Yarım litr pivə çoxdur, amma bir çəllək də bəs etmir! İçməyə başlama, yarım litr pivə də olsa içmə! Yarım litr içsən, uçuruma yuvarlanacaqsan və sənə bir çəllək də bəs etməyəcəkdir. Sonra daha təsirli şey axtarışına çıxacaq, axırda, uyuşdurucu maddələrə aludə olacaqsan.

Zərərli vərdişlərin ailədaxili ünsiyyətə təsiri

Valideynlər özlərinə soruşmalıdırlar ki: "Uşaqlarla ünsiyyətimiz sağlamdırmı? Onlarla əlaqəmiz kəsilməyib ki?" Sağlam ünsiyyət o şeydir ki, biz onlarla, onlar da bizimlə əlaqəyə həvəslə can atırlar. İnsan özünü başqasına bağlı hiss etdikdə onunla yaxın olmaq istəyir, bundan həzz alır, fikirlərini bölüşür, söhbət edir.

İnsanlar özlərini tənha hiss etdikdə içkiyə və narkotikə qurşanırlar.

ABŞ-da 60 milyondan çox insan alkoqollu içkilərin təsiri altındadır. Onlar uşaqları ilə oynamağa, danışmağa, düşüncələrini bölüşdürməyə meylli deyillər. Valideynlərlə əlaqə (ünsiyyət) kəsildikdə uşaqlar alkoqollu içkilərə, siqaretə, narkotiklərə meyl salırlar. Onlar bu seçimlə istəklərini həyata keçirir, onlara qısa müddətə rahatlıq və həzz verən şeylərdən asılı vəziyyətə düşürlər.

Qohumlarla əlaqə yaratmağın, onlara yaxın olmağın yollarını öyrənmək lazımdır. Məsələn, eyni problemlərlə qarşılaşmaq, çətinliklərə birlikdə sinə gərmək ailə üzvləri arasında əlaqəni möhkəmlədir. Valideynlər uşaqlarını davamlı nəzarətdə saxlamalı, vaxtından əvvəl və ya münasib anda müdaxilə etməlidirlər. Bu bir məsuliyyətdir, heç bir valideynə bu işdə rahatlıq yoxdur. Bu, yoxuşda maşını arxadan yavaş-yavaş itələməyə oxşayır. İtələməyi dayandırsaq, maşın aşağıya hərəkət edəcəkdir. Əgər uşaqlar qonaqlıqlara, gecə ziyafətlərinə tez-tez gedib-gəlirlərsə, valideynlər həmin gecə qonaqlıqlarında nələrin baş verdiyini bilməlidirlər. Valideynlər bilməlidir ki, uşaq içki içibmi, məktəbdə və ya məktəbdən kənarda narkotik qəbul etmək haqqında gənclərin dini dərnəklərinə, müəlliminə, sinif rəhbərinə, ailə həkiminə, hətta polisə danışıbmı. Böyüklər evdən kənarda, məktəbdə uşağın təhlükəsizlikdə olduğunu düşünməməlidir. Valideynlər arxayınlaşmamalıdırlar. Təkcə inanmaq bəs etmir, həm də əmin olmaq, vaxtından əvvəl dəqiqləşdirmək tələb olunur. Ata və ana tutduqları dayədən əmin olmalıdırlar. Dayələr bəzən evdəki dərman şka-

fından yuxuladıcı dərmanlar götürüb uşağı yuxuya verir, təklikdən istifadə edib əylənirlər. Ən yaxşı dayələr nənə-babadır; onlar həm təcrü-bəlidirlər, həm də nəvələrini sevirlər.

Əgər valideynlər siqaret çəkir, yaxud narkotik qəbul edirlərsə, uşaqları təhlükəsizlikdə ola bilərmi? (olmuş hadisə)

Valideynlərim siqaret çəkən olsalar da, mən heç çəkməmişəm. Nə üçün? Çünki atam mənə deyirdi: "Oğlum, mən bu zərərli vərdişin qurbanıyam. Tərgitmək istəyirəm, amma bunu etməyə iradəm çatmır. Siqaret çəkmək zərərlidir, gördüyün kimi, sağlamlığımı məhv edir". Bir dəfə qəlyanını təmizləyirdim, qatran və qara yapışqanla dolu idi. Atam dilləndi: "Oğlum, bütün bu artıqlardan sinəmdə də var!"

Əgər valideynlər səhvə yol veriblərsə, etiraf etməli, bunun nə üçün baş verdiyini uşaqlarına danışmalıdırlar. Mümkündür ki, uşaqlar bundan dərs çıxarıb eyni səhvi təkrarlamasınlar. Bu qayda bütün zərərli vərdişlərə: içki içmə, siqaret çəkmə, gecəni ayıq keçirmə, gec oyanma, həddən artıq yemə, dırnaqları çeynəmə, yüksək səslə danışma, başqalarına qulaq asmama, çox yatma vərdişlərinə şamildir. Lakin bunu elə formada etmək lazımdır ki, uşaqların valideynə inamı itməsin və onlar aradakı hörməti qoruyub-saxlasınlar.

Nümunəvi olun və uşaqlarınızla sağlam ünsiyyət qurun. Əgər valideyn siqaret çəkirsə, içki içirsə və ya narkotik qəbul edirsə, uşağına nə verə bilər?! Yaxşı nümunə olmağın yerini heç nə vermir. Əgər valideyn zərərli vərdişləri davam etdirirsə, xilas ola bilmirsə, ən azından, səhvini boynuna almalı, bunun zərərini uşaqlarına izah etməlidir. O, uşağına alkoqolizm və narkomaniyanın acı nəticələri haqqında danışmalıdır. Bu məsələdə yalan danışmaq və ya ikiüzlülük etmək çıxış yolu deyil. Çünki uşaqlar elə zənn edəcəklər ki,

yalançılıq və ikiüzlülük normal davranışdır.

Xəstələrə qulluq: dinə müraciət

Əgər övladınız içkiyə, yaxud narkotikə aludə olubsa, xüsusi mərkəzlərdə müalicə olunmaq işin ancaq bir hissəsidir. Evə yazıldıqdan sonra işin ikinci vacib mərhələsi başlanır. Müalicədən sonra lazımi qayğı göstərilməzsə, çəkilən zəhmət hədər gedəcəkdir. Müalicənin davamlılığı müalicənin özündən daha mühümdür. Bunu edə bilmək valideynlərdən böyük zəhmət tələb edir. Reabilitasiyadan sonra uşağının bir daha "xəstələnməyəcəyini" düşünən valideynlər yanılırlar. Onlar müalicəni davam etdirməlidirlər. Uşağınızı həmin zərərli vərdişdən bircə mübahisə, pis adamlarla ünsiyyətdən bircə zəng, asılılığa qayıtmaqdan isə bircə qurtum və ya qoxulama ayırır. Döyüş reabilitasiya mərkəzində deyil, evdə, xəstəyə qulluq vaxtı uduzulur.

Professor Skot (1989) qeyd edir ki, reabilitasiya mərkəzləri müalicədə mənəvi "ali güc" prinsipini əsas götürür. Müasir təbabət və psixologiyada Allahı qəbul etməsələr də, sözügedən mərkəzlərdə xəstələrə Allah haqqında danışır, Onun köməyinə üz tutmağı tövsiyə edirlər. Bacarıqlı psixoloqlar yaxşı bilirlər ki, heç nə din və iman qədər effektli nəticə vermir.

Valideynlər aşağıdakı hallarda diqqətli olmalıdırlar:

– uşaq intihara meyllidirsə, özünə nəzarət etməyi bacarmırsa;

– başqaları üçün təhlükə yaradırsa;

– zərərli preparatları qəbul etdikdən sonra detoksikasiyaya ehtiyac hiss edirsə;

– reabilitasiya mərkəzinə yazılıbsa;

– pis şəxslərlə yoldaşlıq edirsə.

Valideyn bu qurumların birində uşağını hər həftə ziyarət etməli, özü ilə dünyagörüşü geniş dindar mütəxəssis aparmalıdır. Həmin şəxs uşağın Allahla davamlı əlaqəsini təmin edəcəkdir.

Qanunları pozmaq

Alkoqol və narkotiklərdən istifadə qanunların pozulması ilə nəticələnir və insan ci-

nayətkara çevrilir. Əksər valideynlər inanmırlar ki, uşaqları nə vaxt isə həbsxanaya düşə bilər. Amma bu baş verir. Valideynlər uşaqlarına qanuna hörmət etməyi öyrətsələr, bu haldan xilas olmaq mümkündür. Əgər valideynlər özləri sürət həddini aşırlarsa, qırmızı işıqda keçirlərsə, vergiləri ödəyərkən fırıldağa əl atırlarsa, gömrük işçilərini aldadırlarsa, ofis və ya zavoddan oğurluq edirlərsə, məktəbə getməyən uşaqları barəsində direktorluğa bəhanələr uydururlarsa – bütün bunlardan sonra uşaqlar qanunu pozmağın mümkünlüyünə əmin olacaqlar. Əgər valideynlər polis işçisinə düşmən kimi baxırlarsa, uşaqlar da ona hörmət etməyəcəklər.

Bəzi dindar emiqrantlar elə düşünürlər ki, dünyəvi qanunlarla idarə olunan ölkələrdə qanunları pozmaq olar. Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun mütəxəssislərindən Taha Cabir əl-Ülvani bu nöqteyinəzərlə razılaşmır: "Bir insan başqa ölkəyə köçdükdə, əslində, həmin dövlətlə onun konstitusiyası və qanunlarına əməl etmək barədə "müqavilə" bağlayır. Müsəlman yaşadığı dövlətlə bağladığı müqavilə və əhdlərə riayət etməlidir. Allah və peyğəmbəri bizə əmr edir: "Ey iman gətirənlər, əhdlərə riayət edin". Əgər bir ölkənin qanunları emiqrantın xoşuna gəlmirsə, ya oraya heç getməsin, ya da qanuna əməl etmək istəmədiyini açıq şəkildə bildirsin. Sonuncu vəziyyətdə həmin ölkədən deportasiya olunacaqdır".

Əgər bir ölkənin vətəndaşları bu və ya digər qanundan xoşlanmırlarsa, konstitusiyaya uyğun olaraq, həmin qanunu hüquqi prosedurlarla dəyişdirməyə cəhd göstərməlidirlər. İslam qanunların subyektiv formada icra olunmasını qadağan edir. Bu vəziyyət özbaşınalıq və qanunsuzluğa səbəb olacaqdır. Dünyəvi qanunlar əmr edir deyə müsəlman dinin qaydalarını poza bilməz. Həmçinin o, haram işlər görməyi əmr edən qanunlara tabe olmamalıdır. Qanun ədalətsizdirsə, buna diqqəti çəkməyin yolu sivil vətəndaş itaətsizliyidir. Bunu Henri Devid Toro, Qandi, Martin Lüter King, onlardan çox əvvəl isə Həzrəti Məhəmməd *(Ona Allahın xeyir-duası*

və salamı olsun!) etmişdi. Belə ki Peyğəmbər Qüreyş rəhbərlərinə xəbər göndərmiş, tərəfdarları ilə Məkkəyə ümrəyə yollanmışdı. Bu addım 628-ci ildə Hüdeybiyyə sülh müqaviləsinin bağlanması ilə nəticələnmişdi.

Bədən əmanətdir!

Daşınabilən əmanətlərə sahibik. Bədənimiz əvəzolunmaz əmanətdir. Bir neçə maşın, mənzil və mebel ala bilərik, bədənimizdən isə bir dənədir. Zərər gördükdə onun yerinə başqasını ala bilmirik. Bədən Allahın bizə verdiyi əmanətdir. Onun qayğısına Allahın göstərdiyi şəkildə qalmalıyıq. Vəzifəmiz bu əmanətə layiqincə sahib çıxmaqdır. Təmizliyə əməl etməli, düzgün qidalanmalı, kifayət qədər yatmalı, alkoqol və narkotiklərdən uzaq durmalı, zina etməməliyik.

XXXII tapşırıq. **Planlı tibbi müayinə**

Ailənizlə birlikdə bütün ailə üzvlərinin keçməsi lazım olan müayinələrin, o cümlədən stomatoloqa getmək cədvəlini tərtib edin. Müəllimlə, tibb bacısı və həkimlə bu barədə məsləhətləşin. Ailənin hər bir üzvünə cədvəldən bir nüsxə verin.

XXXIII tapşırıq. Ailənin formada qalmaq planı

Uşaqlarınızla fiziki təmrinlərin rolundan danışın, birlikdə fiziki aktivlik cədvəli tərtib edin. Təmrinləri tədricən çətinləşdirin, yenilərini fikirləşin. Maşından istifadə əvəzinə, piyada gəzin, qabları qabyuyan maşınla deyil, əllə yuyun. İdman avadanlıqları almaq, atletik kluba üzv olmaq və yaxşı qidalanmaq üçün büdcənizdən düzgün istifadə edin.

XXXIV tapşırıq. Düşünülmüş salamlaşma ifadələrindən istifadə edin

Uşağınızla növbəti dəfə üz-üzə gəldikdə "salam", "necəsən", "işlər necədir" deməklə kifayətlənməyin, cavab tələb edən, müəyyən keyfiyyətlər aşılayan suallar da verin. Məsələn:

– Doyunca yemisənmi?
– İdman etmisənmi?
– Yaxşı yatmısanmı?
– Bu gün nə oxumusan?
– Bu gün kimə isə kömək etmisənmi?
– Namazlarını vaxtında qılmısanmı?

XXXV tapşırıq. Yatmaqla əlaqəli vərdişlər

Aşağıdakı hədis əsasında uşaqlarınıza düzgün yatmaq və qidalanmaq haqqında danışın:

Bir dəfə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* məsciddə qarnı üstə yatmış şəxsin yanından keçdikdə ayağı ilə onu oyadıb dedi: "Belə yatma, bu cür yatmaq Allah və peyğəmbərinin xoşuna gəlmir" (İbn Macə).

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qarnı üstə uzanaraq yeməmək barədə xəbərdarlıq etmişdir.

Qarnı üstə yatmaq bel və daxili orqanlara ziyandır. Sağ tərəf üstündə yatmaq isə çox faydalıdır. Sol tərəf üstündə yatdıqda isə ağciyərlər, mədə və qaraciyər ürəyi sıxır. Nəticədə gərginlik yaranır, bədən gücə düşür.

Günəşin doğmasına tamaşa etmək yaxşı vərdişdir: yatsı namazından sonra yatın, günəş çıxmadan sübh namazına qalxın. Günorta namazından sonra bir az yatmaq Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* adəti idi. Həkimlərə görə, günorta azacıq yatmaq (gözünün acısını almaq) zehni və fiziki fəallığı artırır, orqanizmə güc verir. Nəticədə məhsuldarlıq və sayıqlıq artır, əhval yaxşılaşır, qəzalara yol vermə ehtimalı azalır.

XXXVI tapşırıq. Evdə xoş abı-havanın yaradılması

Valideynlər uşaqları ilə birlikdə sadə fəaliyyət planını müzakirə etməli, aşağıdakı bəndlər üzrə razılığa gəlməlidirlər:

Evdə sevgi, sevinc, açıq ünsiyyət, qarşılıqlı inam, həvəsləndirmə olmalıdır. Ailədə hər kəs bir-birinin uğurlarından xəbər tutmalı, birlikdə namaz qılıb, oyun oynamalıdırlar. Qarşılıqlı hörmət, gülümsəmə, öpmə və qucaqlama çox mühümdür.

Əgər valideynlər bütün bunları heç vaxt etməyiblərsə, gecikmədən səmimiyyətlə işə başlamaq lazımdır.

XXXVII tapşırıq. Narkomaniya əlamətlərinin preventiv müzakirəsi

Valideynlər uşaqlarda narkomaniya əlamətlərini aşkara çıxarmağın yollarını və həmin vaxt necə hərəkət etməli olduqlarını müzakirə etməlidirlər.

Mütəxəssislərlə məsləhətləşmə, şəxsi biliklərin artırılması, təcrübəli dost-tanışla, qohum-əqrəba ilə danışmaq bu istiqamətdə görüləcək işlərdəndir. Təşviş, kədər, vurmaq və məcbur etmək kömək etməyəcəkdir. Bu hərəkətlər emosionallığı artırır, problemi qəlizləşdirir.

XXXVIII tapşırıq. Polis zabiti rolunu oynayın!

Valideynlər yeniyetmə uşaqlarına polis zabiti, hakim və ya sosial işçi rollarını oynamağı təklif etsinlər. Onların vəzifəsi və məsuliyyəti nədən ibarətdir? Onlar işdə olarkən nələr baş verir? Onların işi yaxşıdır, yoxsa pis? Uşaqlar özlərini ətrafa və cinayətkarlara nəzarət edən şəxslər kimi təsəvvür edə bilirlərmi?

Bu rolları ifa etmək uşaqlara başa salacaqdır ki, nəzarətçilər də, polislər də, müəllimlər də, yanğınsöndürənlər də adi insanlardır, onların da başqalarında olduğu kimi evləri, ailələri, qohumları, hissləri, problemləri vardır. Lazım olsa, onları rollarını düzgün ifa etmək üçün polis zabiti və ya sosial işçilər haqqında məlumatlandırın.

Məhkəmə salonlarına getmək unudulmaz təcrübə hesab olunur. Məhkəməni olduğu kimi görmək, oradakı işlərlə tanış olmaq, hakim və vəkillərin necə işlədiyini müşahidə etmək əsil təlimdir. Uşaqların gözünü açan bu cür kiçik səfərləri təşkil etmək, həqiqətən də, əla ideyadır.

Onuncu fəsil

Əmizdirmə

Giriş
Quranda əmizdirmə
Əmizdirmənin tibbi və psixoloji üstünlükləri
ABŞ-da əmizdirmə və iş yerləri
Müsəlman dünyası və əmizdirmə
Həzrəti Əli və İbn Həzm əmizdirmə haqqında
Əmizdirmə müddəti
Süd verən analara məsləhətlər
Qüvvətli ümmət
Tapşırıqlar

Giriş

Əmizdirmə fiziki və emosional cəhətdən sağlam və güclü uşaqların yetişdirilməsində həlledici addım hesab olunur. İslam əmizdirmə məsələsinə və eyni anadan süd əmmiş uşaqların qohumluğuna xüsusi əhəmiyyət verir. Belə qohumluq süd qohumluğu, uşaqlar isə süd qardaşları adlanır. Məsələn, Türkiyədən olan 20 yaşlı Saleh nə üçün indoneziyalı qızla – Fatimə ilə evlənə bilməz? Çünki Salehin bir yaşı olanda Fatimənin anası ona bir neçə gün süd verib. Nəticədə Saleh Fatimənin süd qardaşına çevrilib, deməli, onunla evlənə bilməz. Həmçinin Fatimənin bütün bacıları, bibi və xalaları Salehin də bacıları, bibi və xalaları sayılır, deməli, onlarla evlənə bilməz. Onlar Salehin yanında hicab geyinməyə bilərlər. Bir necə dəfə süd verməklə yad insanın doğma qardaşa, yaxud bacıya çevrilməsini necə başa düşə bilərik? Bu, əmizdirmənin əhəmiyyətini göstərir.

Əgər bir şəxsin qanını bütünlükdə başqasına köçürsək, onların arasında qohumluq yaranmayacaqdır. Qan və ya orqan köçürülməsi kiminsə həyatını xilas edə bilər, amma əsla qohumluq yaratmaz.

Müsəlman hüquqşünasları (fəqihlər) həmrəydirlər ki, islamda "süd bankları" haramdır. Çünki anonim donorların verdiyi süddən istifadə qadağandır. Bu vəziyyətdə kimin kimlə qohumlaşdığı məlum olmur. İslama görə, süd qohumluğu qan (bioloji) qohumluğu ilə eynidir. Amma süd qardaşları və bacıları bir-birinə varis ola bilməzlər. Ayəyə nəzər salaq:

"Sizə analarınız, qızlarınız, bacılarınız, bibiləriniz, xalalarınız, qardaş və bacılarınızın qızları, süd analarınız, süd bacılarınız, arvadlarınızın anaları və yaxınlıq etdiyiniz qadınlarınızın himayənizdə olan qızları (ögey qızlarınız) ilə evlənmək haram edildi. Cinsi əlaqədə olmadığınız qadınlarınızın qızları ilə evlənmək isə sizin üçün günah deyildir. Öz belinizdən gələn oğullarınızın arvadları ilə evlənmək və iki bacını birlikdə almaq da sizə haramdır. Yalnız keçmişdə (Cahiliyyət dövründə) olan bu cür işlər müstəsnadır. Həqiqətən, Allah bağışlayandır, rəhm edəndir!" (ən-Nisa, 23).

Gəlin süd qardaşlığı məsələsinə aydınlıq gətirək. Uşağın sümükləri və ət toxumaları ana südü ilə formalaşır. Bu südlə qidalanan hər kəs bir-birinə oxşayır. Başqa ifadə ilə, ananın, yaxud dayənin "hissə"ləri onların südünü içmiş uşağın "hissə"lərinə çevrilir.

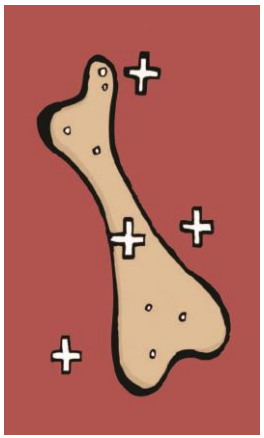
Fəqihlər izah etmişlər ki, ana südü içən uşaq bəzi cəhətlərə görə anasına oxşayır. Məsələn, Həzrəti Ömərlə nəvəsi Ömər ibn Əbdüləziz ali keyfiyyətlərinə görə bir-birinə çox oxşayırdılar.

Əmizdirmə uşağın xasiyyətini dəyişdirir. Bəzi fəqihlər uşağın gələcəyini nəzərə alaraq ruhi xəstəliyi olan qadının ona süd verməsini qadağan etmişlər. Həmçinin siqaret çəkən, donuz əti yeyən, içki içən və ya narkotik qəbul edən dayələrin uşağa süd verməsi qadağandır. Zina edən qadınların da uşaqları əmizdirməsi tövsiyə olunmur.

Təbii ki, uşağın xarakterinə bununla yanaşı, digər faktorlar, o cümlədən valideynin genləri, ətraf mühit, tərbiyə təsir edir.

Cahiliyyət dövrü ərəb ənənəsinə görə, ananın südü kişidəndir. Bu səbəbdən anasından başqa qadınının südünü içən uşağa həmin qadının əri birbaşa olmayaraq təsir göstərir. Nəticədə onunla uşaq arasında qohumluq ya-ranır. Cahiliyyət ərəbləri güman edirdilər ki, qadının südü ərinin spermasından yaranır (Parkes, 2005).

Hər bir halda, süd içdikdə yaranan qohumluğun səbəbini qənaət-bəxş şəkildə izah edən nöqteyi-nəzər mövcud deyildir.



Professor Fəthiy-yə Süleyman əl-Əbraşiyə (1979) görə, bəzi psixoloji araşdırmalar göstərmişdir ki, on yeddi yaşlı gənclərin intellektinin 50 faizi ilk dörd yaşında, 30 faizi 4-8 yaşlarında, 20 faizi isə 8-17 yaşlarında formalaşır. Həmçinin gənc və orta yaşlı insanların davranış formaları uşaqlıq dövrünün ilk beş ilindəki hadisələrlə əlaqəlidir.

Quranda birinci iki il ərzində əmizdirmə və ana qayğısından (şəfqətindən) danışılır. Sevgi, şəfqət və qayğı çatışmazlığı uşaqlarda inkişafın düzgün getməməsinə səbəb ola bilir.

ABŞ-ın keçmiş prezidenti Bill Klintonun Ağ Evdə keçirdiyi konfransda mütəxəssislər bildirmişdilər ki, doğulduqda uşaqların ağlı aktiv olur, ilk tərbiyə sayəsində formalaşır (Beg-ley and Wingert, 1997).

İlk iki il ərzində əmizdirmə uşaqda düşüncə və zəkanın formalaşmasına müsbət təsir gös-tərir.

Əmizdirmə nəticəsində süd qohumluğunun yaranması üçün beş şərt lazımdır. Bu şərtlər, məsələn, Misirdə məhkəmələrdə qəbul olunub:

– əmizdirmə beş dəfə və çox olmalıdır;

– hər əmizdirmədə uşaq doymalıdır;

– beş dəfə əmizdirmə ardıcıl deyil, ayrı-ayrılıqda olmalıdır;

– beş dəfə əmizdirmə dürüst şəxslərin şahidliyi ilə sübut olunmalıdır;

– uşaq iki yaşına çatanadək beş dəfə əmizdirilməlidir.

Quranda əmizdirmə

Quranda dörd yerdə əmizdirmə haqqında danışılır.

"Analar uşaqlarını əmizdirmə müddətini tamamlatmaq istəyən (atalar) üçün tam iki il əmizdirsinlər. Analarının yeməyi və geyimi öz qüvvəsi dairəsində (uşağın) atasının

üzərinə düşür. Heç kəs gücü çat-dığından artıq yüklənməz. Nə bir ana, nə də bir ata uşağına görə zərər çəkmə-sin! (Ata öləndən sonra) bu vəzifə həmin qaydada varisin üzərinə düşür. Əgər ata və ana öz aralarında məsləhətləşib, uşağı (iki ildən tez) süddən kəs-mək qərarına gəlsələr, ikisinə də heç bir günah olmaz. Əgər siz uşağınızı başqasına (süd anasına) əmizdirmək istəyirsinizsə, onun zəhmət haqqını müəyyən olunmuş qayda üzrə (şəriətə müvafiq) ödəsəniz, yenə də sizə günah sayılmaz. Allahdan qorxun və bilin ki, Allah, həqiqətən, sizin nə etdiklərinizi görəndir!"
(əl-Bəqərə, 233);

"Biz insana ata-anasına (yaxşılıq etməyi) tövsiyə etdik. Anası onu (bətnində) çox zəif bir halda daşımışdı. (Uşağın süddən) kəsilməsi isə iki il ərzində olur..."
(Loğman, 14);

"Biz insana ata-anasına yaxşılıq etməyi tövsiyə etdik. Çünki anası onu zəhmətlə gəzdirmiş, əziyyətlə doğmuşdur. Onunla (ana bətnində) daşınma və (süddən) kəsilmə müddəti otuz aydır..."
(əl-Əhqaf, 15);

"Onları (boşadığınız qadınları) imkanınız çatdığı

qədər öz yaşadığınız yerdə sakin edin. (Bu qadınları) sıxışdırmaq məqsədilə onlara zərər verməyə cəhd göstərməyin. Əgər onlar hamilədirlərsə, bari-həmləni yerə qoyana qədər xərclərini verin. Sizin üçün uşaq əmizdirirlərsə, onların (süd) haqqını verin. Öz aranızda yaxşılıqla sazişə gəlin. Əgər (bu məsələdə) çətinliyə düşsəniz (bir-birinizlə razılığa gələ bilməsəniz), onu (uşağı) başqa bir qadın əmizdirə bilər.

Varlı-karlı olan öz varına görə (süd haqqı) versin. İmkanı az olan isə Allahın ona verdiyindən versin. Allah heç kəsi Özünün ona verdiyindən artıq xərcləməyə məcbur etməz. Allah hər bir çətinlikdən sonra asanlıq (yoxsulluqdan sonra dövlət) əta edər" (ət-Talaq, 6-7).

Quranda analar iki il ərzində uşaqlarına süd verməyə təşviq olunur. Uşağı dolandırmaqda ana deyil, ata məsuliyyət daşıyır. Qadın boşandıqda əri uşağına baxsın deyə anaya aliment ödəyir. İslam istəyir ki, analar əsas diqqəti

uşaqlarına versinlər.

İbadətlər süd verən analar üçün yüngülləşdirilib. Onlar gündəlik beş namazı camaatla qılmaqdan, həftəlik cümə namazından azaddırlar. Ona görə ki, uşaqlarının qayğısına qala bilsinlər. Yaxşı olar ki, uşağın qayğısına anası qalsın, bu iş başqasına tapşırılmasın. İlk iki il ərzində uşaq fiziki, psixoloji və emosional baxımdan anasından asılı olur.

Süd şüşəsi ana döşünü və ana sevgisini əvəzləyə bilməz. Uşaq döşdən süd əmmədikdə müəyyən fiziki və psixoloji problemlərlə qarşılaşır. Bu problemlər bəzən çox ciddi olur.

Südü olmadığından ana uşağını əmizdirə bilmirsə, dayə tutmaq olar. Süd verəcək qadın vərəsəlik istisna olmaqla digər məsələlərdə uşağın anasına çevrilir. Onun uşaqları əmizdirdiyi körpənin

qardaş-bacılarına, əri də süd atasına çevrilir. Süd bacı-qardaşları arasında nikah haramdır. Ata dayənin haqqını ödəməlidir. Ata vəfat edərsə, varisi dayəyə haqq ödəməli, uşağın dolanışığını iki yaşınadək təmin etməlidir.

Erkən islam tarixində əmizdirmə məsələsinə ciddi münasibət mövcud idi. Məsələn, II Raşidi xəlifəsi Ömər ibn əl-Xəttabın dövründə hər yeni doğulan uşağa müavinət ayrılmışdı. Məqsəd körpələrin əmizdirilməsini təmin etmək idi (əl-Haqq, 1967).

Əmizdirmənin tibbi və psixoloji üstünlükləri

"Albar" və "Qəndil" jurnallarında (1986) aşağıdakı üstünlüklər göstərilmişdir:

– Ana südündə uşağın ehtiyacı olduğu qidalar lazımi miqdarda vardır. Bu qidalar həzm və sorulmaya müvafiqdir. Ana südündəki qidalandırıcı elementlər körpənin tələbatına uyğun şəkildə dəyişilir. Həmçinin vaxtından əvvəl dünyaya gələn körpələr üçün süd vəzilərində xüsusi "qida formulu" hazırlanır. Ana döşü uşağın inkişafına uyğun olaraq müxtəlif süd qarışıqları "hazırlamağa" qadirdir.

– Süd ananın döşündə müvafiq temperaturda olur, "tələblər"ə cavab verir.

– Ana südünü içmək üçün şüşəyə, şüşəni təmizləməyə, hər istifadədən sonra dezinfeksiya edilməsinə, sterilizə materiallarının alınmasına, südün hazırlanmasına (isidilməsi və s.) ehtiyac yoxdur.

– Südvermə ana və övladı arasında psixoloji yaxınlıq yaradır.

– Südvermə anaya artıq çəkidən xilas olmağa kömək edir. Əmizdirmə hipofiz vəzisinin ifraz etdiyi oksitosinin təsiri ilə uşaqlığın kiçilməsini təmin edir.

– Südvermə körpəni bir çox xəstəlikdən (ishal, döş qəfəsi iltihabı və s.) qoruyur. Təbii ana südü içən uşaqlar tənəffüs və həzm sistemi xəstəliklərinə daha az tutulurlar. Süni uşaq qidaları ilə böyüyən uşaqlarla müqayisədə əmizdirilən uşaqlar arasında ölüm hallarına çox az rast gəlinir.

Ana südündə IgA (immunoqlobulin və ya anticisim)

vardır. Bu anticisimləri ananın bağırsağından sorulan limfositlər istehsal edir. Yeni doğulmuş südəmər uşaqlarda anticisimlərin miqdarı son dərəcə çox olur. Çünki ilk süddə (ağuz) anticisimlərin miqdarı yüksəkdir. Xəstəliklərlə mübarizədə immun sisteminin əsas "silah"ı anticisimlərdir.

Doğuşun ilk günündə anticisimlər 97 faiz faydalı xolesterin proteininə sahibdir. Əmizdirmənin dördüncü günü bu rəqəm 25-ə enir. Ana südü körpəni bir çox mikrobdan (xüsusən, bağırsaq çöpü, qızılı stalifikokk, koksaki B5 virusu, sadə herpes, poliovirus və pnevmokokk) qoruyan immun elementləri ilə təmin edir. Tuberkulin həssaslığı olan analar körpələrini güclü immunitetlə təmin edirlər.

– İlk südün (ağuzun) işlətmə xassəsi vardır. Belə ki yeni doğulmuş körpənin qarnını "açır".

– İnək və digər heyvanların südü bəzən allergiya yaradır. İnək südü içən uşaqlar ekzemaya, bronxial asma və heyvan südündəki proteinlərin səbəb olduğu allergiyanın yaratdığı həzm sistemi pozğunluqlarına daha çox məruz qalırlar.

– Ana südü içən körpələr sağlam böyüyür, immun sistemi xəstəliklərinə daha az məruz qalırlar. Ana südü doğuşun ilk aylarında inkişaf edən immun sistemini gücləndirir. Ananın bağırsaqlarındakı limfa hüceyrələrində körpəsi üçün immun hüceyrələri istehsal olunur. İmmun hüceyrələri orqanizmi qoruyan anticisimlər ifraz edir. Körpə də hər dəfə anasının südünü içdikdə bu anticisimləri qəbul edir.

– Südvermə hamiləlikdən qorunma vasitəsidir. Süd verən ananın hamilə qalma ehtimalı azdır.

– Körpənin ilk 9-12 ay ərzində ana südünə ehtiyacı vardır.

– Ana südündə sink molekulları vardır. Halbuki inək südündə buna rast gəlinmir. Ana südü içməyən uşaqlar sink çatışmazlığı ağırlaşmalarına məruz qalırlar. Vaxtından əvvəl doğulan uşaqlar da süddən kəsildikdə eyni hala məruz qalırlar.

– Əmizdirmə körpənin fikirləşmə bacarığını optimallaşdırır. Ana südündə süni uşaq qidalarında olmayan qurucu birləşmələr vardır. Bir ay ana südü içmiş uşaqlar səkkizballıq intellekt əmsalına (IQ) sahib olurlar. Bu rəqəm süd verilən ayların sayına uyğun olaraq artır (BBC, 2002).

Yeni Zelandiyada 1000 uşaq üzərində aparılmış araşdırmalar göstərmişdir ki, zəkalı olmaqla ana südü içmək arasında birbaşa əlaqə vardır.

Hər canlının südü körpəsinə uyğundur. Bir canlının südündəki elementlər digərininkindən fərqlənir. Aşağıdakı cədvəldə insan, inək, camış və keçi südünün tərkib elementləri göstərilmişdir. Su bu elementlərin 88 faizini təşkil edir. Digər elementlərin faiz nisbəti isə aşağıdakı kimidir:

Süd	zülal (faizlə)	yağ (faizlə)	şəkər (faizlə)	minerallar (faizlə)
insan	1.5	3.5	6	0.2
inək	3	4	4	0.8
camış	3	6	4	0.8
keçi	3	4	4	0.8

– Tövsiyə olunur ki, analar körpələrini 12 aydan az olmayaraq əmizdirsinlər. Südvermənin müsbət tərəfləri qəti şəkildə sübut olunmuşdur. Əmizdirmə döş vəzisi və yumurtalıq xərçənginə, osteoparoza tutulmaq riskini azaldır, uşaqlığın doğuşdan əvvəlki vəziyyətinə qayıtmasına kömək edir.

– Ana südü bakterial infek-

siyalardan (meningit, sidik yollarının infeksiyaları, qulaq ağrısı) qoruyur. Ana südü içməyən uşaqlar insulindən asılı diabetə, limfa vəzilərinin xərçənginə, allergiyaya, həzm sisteminin xəstəliklərinə tutulduqda daha çox əziyyət çəkirlər.

ABŞ-da əmizdirmə və iş yerləri

Ana südünün faydalarına baxmayaraq, ABŞ qadınlarının ancaq 60 faizi körpələrini əmizdirir. Bu rəqəm sənayeləşmiş ölkələrin bir çoxunda olduğundan aşağıdır. ABŞ-da anaların 22 faizi körpələrinə ancaq 6 ay süd verirlər. Bunun bir səbəbi də əmizdirmənin işləyən analara yaratdığı "çətinliklər"dir. Belə ki yeni doğulmuş körpə 24 saat ərzində 12 dəfə süd içir. Hər əmmə təxminən 10-15 dəqiqə davam edir. Bu da öz növbəsində işləyən analara çətinlik yaradır.

ABŞ-da bəzi iş yerlərində süd verən analara şərait yaradılır. İdarə və şirkətlər analara işdə uşaqlarını əmizdirə bilsinlər deyə gündəlik bir saat istirahət verir və məvacibdən bunun müqabilində heç nə tutmur. Həmçinin iş yerlərində əmizdirmə proqramlarına təşviq edilir (Cassidy, 1998).

1993-cü ildə UNİCEF mükafatı Həyata Zəmanət Con Hankok Əməkdaşlıq Şirkətinə verilmişdi. Çünki şirkət öz daxilində əmizdirmə otaqları yaratmışdı. Bu otaqlarda rahat kreslolar, soyuducu və elektrik südsoranlar vardı. Şirkətdən bildirmişdilər ki, orada işləyən qadınlardan orta hesabla ildə 300 qadın hamilə qalır. Bu proqram yaradıldıqdan bəri 60000 dollar gəlir gətirmişdir. Çünki ana südü içən uşaqlar xəstəliklərə çox az tutulduğundan anaları işə vaxtı-vaxtında gəlirdilər. Həmçinin doğuşdan sonra işə yenidən başlamaq asandır. Gənc analar çox qısa məzuniyyət götürməyə meylli olur. Bununla yanaşı, süd verən analar körpələrini əmizdir-

məyən analardan 27 faiz az iş buraxmışdılar. ABŞ-da ana südü içən uşaqlar süni südlə qidalananlarla müqayisədə xəstəliklərə 35 faiz az tutulurlar (Rona Cohen, Kaliforniya universiteti Tibb bacısı fakültəsi (Los-Anceles).

Müsəlman dünyası və əmizdirmə

Müsəlman dünyasında əmizdirmə işinə və süd verən qadınlara keçmişdə böyük maraq vardı. Keçmişdə körpəyə təkcə anası deyil, qohum, qonşu, yaxud rəfiqə qadınlar da süd verirdilər. Bu, ictimai xarakter almışdı. Çünki evlənmiş 15 yaşlı qızların və 18 yaşlı oğlanların çoxunun böyüklərin köməyinə ehtiyacı vardı. Geniş ailələr gənc anaların yükünü yüngülləşdirirdi.

İndiki dövrdə Müsəlman ölkələrində sosial-mədəni münasibətlərin forması dəyişmişdir. Bu özünü şəhər və qəsəbələrdə daha çox göstərir. Belə ki kəndlərlə müqayisədə şəhərlərdə əmizdirmə halları sürətlə azalır. İnkişaf etməkdə olan ölkələrdə təbii əmizdirmənin azalması süni uşaq qidaları şirkətləri ilə əlaqəlidir. Analar körpələrinə süd verməyi dayandırıb süni qidalara keçdikdə bu şirkətlərin satış məhsulları və gəlirləri artır.

UNİCEF və Beynəlxalq Səhiyyə Təşkilatı bu şirkətləri inkişaf etməkdə olan ölkələrdə uşaqların bir nömrəli qatili adlandırır, yerli hökumətləri süni uşaq qidası reklamlarına qadağa qoymağa çağırır. Bu ölkələrdə uşaqlar keyfiyyətsiz yeməklərlə qidalanırlar. Bu yeməklərin qidalılığı aşağıdır və tərkibində mikroorqanizmlər çoxluq təşkil edir. Bu yemək qarışıqlarında antisanitar su mənbələrindən götürülmüş çirkli sulardan istifadə edilir. UNİCEF və Beynəlxalq Səhiyyə Təşkilatının apardığı araşdırmalar göstərmişdir ki, inkişaf etməkdə olan hər il ölkələrdə 9.4 milyon pis qidalanma faktı aşkar olunur. Bu rəqəmin yarısı süni uşaq yeməklərinin qurbanları ilə

əlaqəlidir. Həmçinin inkişaf etməkdə olan ölkələrdə həzm sistemi xəstəlikləri səbəbindən hər il 10 milyon körpə ölür. Bu rəqəmin yarısını süni uşaq yeməkləri ilə qidalanan uşaqlar təşkil edir. Halbuki daha az xərc tələb edən döşlə qidalandırma onların həyatını xilas edə bilərdi. Məsələn, Malayziyada bir uşaq üçün 6 ay ərzində süni qidalara xərclənən məbləğ 300 dollardan artıqdır (Allain, 1993).

Süni uşaq qidaları ana südünün uğursuz "formul"undan ibarətdir. Qida mütəxəssisləri keyfiyyətli olsun deyə bu qidaların formulunu inkişaf etdirirlər. Tərkibində LCPUFAs ("elsie pufas" kimi tələffüz olunur) adlanan doymamış yağ turşuları olan zənginləşdirilmiş uşaq yeməyi beynin inkişafına kömək edir. Şotlandiyanın Dandi universiteti (Willats, 1998) 44 uşaq üzərində belə bir təcrübə aparmışdı. 22 uşağa ana südündə tapılmış LCPUFA doymamış yağ turşuları ilə zəngin qarışıq, digərlərinə isə adi uşaq qidası verilmişdi. LCPUFA qarışığı ilə qidalanan uşaqlar 10 aylığında gizlədilmiş əşyaları (oyuncaqları) tapa bilmişdilər. Bu hal onlarda beyin neyronları arasında güclü rabitənin olduğunu göstərirdi. Qeyd edək ki, bəzi avropalılar süni uşaq yeməklərinə LCPUFA doymamış yağ turşuları əlavə edirlər.

Həzrəti Əli və İbn Həzm əmizdirmə haqqında

Uşaqların haqqıdır ki, anaları onları əmizdirsinlər. Bunun üçün anaları körpələrini əmizdirməyə təşviq etmək lazımdır. İbn Həzm demişdir:

"Hər bir ana uşağını əmizdirməlidir. Fərqi yoxdur onu sevir ya sevmir. Ana xəlifə qızı da olsa, bunu etməlidir. Süd verməyə gücü çatmazsa, – bu hal istisnadır" (İbn Həzm, X cild).

İslam təlimlərinə riayət etsək, ana və övladının qarşılaşdığı bir çox problemləri həll edə bilərik. Həzrəti Əli *(Allah ondan razı qalsın!)* demişdir:

"Heç bir süd uşağa ana südü qədər bərəkət gətirə bilməz".

Əmizdirmə müddəti

Fəqihlər həmrəydirlər ki, iki yaş tamam olduqda əmizdirməni dayandırmaq lazımdır. Onlara görə, əgər ananın səhhəti yaxşıdırsa və süd vermək bacarığı varsa, körpə iki yaşına çatdıqda süddən kəsilməlidir. Yusif Əli "Əh-qaf" surəsinin 15-ci ayəsini belə izah edir:

> "Maksimum əmizdirmə müddəti (iki il) uşaqlarda ilk dişlərin tam inkişaf etdiyi müddətdir. Aşağı kəsici dişlər 6-9 ayda çıxır. Sonra fasilələrlə süd dişləri, daha sonra isə yan dişlər meydana gəlir. Təxminən 24 ay sonra azı dişləri çıxır. Beləliklə, uşaqlarda süd dişlərinin hamısı çıxıb qurtarır və onlar qidanı qoparıb çeynəyə, bununla da ana südü olmadan keçinə bilirlər. Digər tərəfdən, dişləri inkişaf etmiş uşağın süd əmməsi anaya əziyyət verir. Daimi dişlər 6 yaşdan inkişaf etməyə başlayır, artıq 12 yaşda ikinci azı dişləri meydana gəlir. Üçüncü azı dişləri – ağıl dişləri ya 18-20 yaşlarında çıxır, ya da heç çıxmır".

Bəziləri qeyd edirlər ki, iki ildən artıq əmizdirmək uşağa fiziki, zehni və psixoloji cəhətdən zərər verir. 1997-ci ildə Amerika Pediatrlar Akademiyası analara uşaqlarını 6-cı aydan başlayaraq 12-ci ayadək əmizdirməyi tövsiyə etmişdi. Əslində amerikalı anaların ancaq 20 faizi uşaqlarını 6-cı aydan sonra əmizdirirlər. Sonrakı illərdə Akademiya analara körpələrini bir ildən az olmayaraq əmizdirməyi tövsiyə etmiş, bunun onlara faydalı olmağı haqqında məlumat vermişdi (uşaqlıq yolu, döş vəzisi xərçənginə, osteoparoza tutulmaq ehtimalının azalması və s.).

Həzrəti Məhəmməd *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dayələrin uşaqlara süd verə biləcəyini bildirmişdir.

Sağlamlıqla əlaqəli problemlər yoxdursa, ana körpəsinə süd verməlidir. Əks halda, dayə tutmaq mümkündür. Aşağıdakı hədis də bu barədədir: "Kimlərin süd qardaşınız olacağına diqqət yetirin. Uşağın ac qalmaq təhlükəsi varsa, dayə tutub əmizdirin" (Buxari).

Evləndikdə toy edilməsinin müsbət tərəflərindən biri budur ki, qadının səhvən öz süd qardaşı və ya atası ilə evlənməməyindən əmin oluruq. Bu, cəmiyyətə belə bir münasibətin olub-olmadığını yoxlamaq imkanı verir.

Süd verən analara məsləhətlər

Əmizdirmə instinktiv olsa da, bu vərdişi təkmilləşdirmək mümkündür. Aşağıda analara bəzi tövsiyələr göstərilmişdir (Al-Amin, 1998):

– Uşaq dünyaya gətirməzdən əvvəl özünüzü hazırlayın, əmizdirmə haqqında kitablar oxuyun, xəstəxana, yaxud səhiyyə qurumları nəzdində kurslara gedin, əmizdirmə məsləhətçilərinə müraciət edin. Həmçinin əmizdirməyə təşviq qurumlarının görüşlərində iştirak edin.

– Əmizdirmədə müvafiq vəziyyət alın. Döş giləsinin çağanın ağzına tam şəkildə yerləşməsindən əmin olun. Körpəyə tərəf əyilməyin, onu bağrınıza basın. Zəruri hallarda yastıqdan istifadə edin.

– Uşaq döşdəki bütün südü içənədək gözləyin. Çağanın əmmə hərəkətləri yavaşıdıqda ona digər döşünüzü təklif edin. Əgər hər qidalanmada ancaq bir döş boşalırsa, çağaya hər iki döşünüzdən süd verin. Döşdən çıxan südün ilk porsiyası yağsız, orta porsiyası tam yağlı, son porsiyası isə qaymaqlı olur. Son porsiya balanslaşdırılmış qida olub, uşağın dayanmadan ağlamasının qarşısını alır.

– Qan toplanması səbəbindən ilk günlərdə döş gilələrinin iri həcmdə olmağı təbiidir. Əgər uşaq şişmiş gilələrdən süd əmə bilməzsə, gilədən bir az süd çıxarın.

– İlk bir neçə həftədə döş gilələri gicişə bilir. Əmizdirməzdən əvvəl və sonra bir az süd sıxıb çıxarın, gilələrə sürtün, təbii yolla qurumalarını gözləyin. Daha sonra təbii

maddələr, məsələn zeytun yağı, təmiz lanolin sürtə bilərsiniz.
– Çoxlu su için. Samanlıq güldəfnəsi çayı və sarımsaq südü artırır.
– Doğuşdan bir-iki saat sonra çağanı əmizdirin.
– Doğuşdan sonrakı 2-3 həftə ərzində elə olur ki, əmizdirmək üçün çağanı oyatmaq lazımdır. Uşaq gündüz hər üç, gecə isə hər dörd saatdan bir süd əmməlidir. Davamlı əmizdirmə həm də südün yaranması üçün lazımdır. Uşağı nə qədər çox əmizdirsəniz, südünüz bir o qədər artacaqdır. Uşaq münasib çəkiyə çatdıqda ona südü hər dəfə istədiyində verin.
– Əmmə prosesi normaya düşmədikcə çağaya südünüzü şüşə ilə içirməyin. Prosesin normaya düşməsi adətən 3-5 həftə çəkir. Şüşə ilə içməyi öyrənən uşağı anasından başqaları da qidalandıra bilir. Ən əsası isə çağa həm anasından əmməyi, həm də şüşədən içməyi bacarır.
– Bəzi uşaqlar ilk gündən əmməyi öyrənirlər. Bəzilərinin isə bunu öyrənməsi vaxt alır. Başlanğıcda iş düz getməzsə, narahat olmayın.
– Süd verməkdən vaz keçməyin. Bir ana etiraf edirdi ki, çağasının əmməyi öyrənməsi üçün altı həftə lazım gəlmiş, bundan sonra rahat və xoş münasibət başlanmışdı.
– Bəzən birinci həftədə ana döş gilələrindəki ağrılı göynəmələrdən əziyyət çəkir. Əgər bu baş verərsə, əmizdirmədən əvvəl və sonra bir qədər süd sıxaraq gilələrə sürtün və havalanma yolu ilə qurumasını gözləyin.
Şübhə yoxdur ki, analar körpələrini əmizdirməkdən həzz alırlar. Bunun üçün yemək hazırlamağa ehtiyac yoxdur. Əmizdirmə körpə ilə yaxınlıq hissini gücləndirir, uşaqlarda isə qulaq infeksiyalarına tutulma riskini azaldır.

Süd verən analaların gündəlik qidalanma rejimi (nümunə)

Aşağıda süd verən analar üçün qidalanma rejimi nümunəsi göstərilmişdir:
– üç porsiya zülal (toyuq əti, balıq)
– iki porsiya C vitaminli qidalar (portağal)

– beş porsiya kalsium (süd, pendir)
– altı porsiya meyvə-tərəvəz (hindqozu, qulançar)
– altı porsiya mürəkkəb karbohidratlı qidalar (buğda çörəyi)
– bir porsiya dəmirlə zəngin qidalar (inək əti, paxla)
– az miqdarda yüksək yağlı yeməklər (tam yağlı süd, pendir)
– sutkada iki litr su
– hamilə və ya süd verən qadınlar üçün vitaminlər

Düzgün qidalanma kifayət qədər südün yaranmasına, ananın lazımi enerji ilə təmin olunmasına, hamiləlik zamanı yaranmış artıq çəkidən xilas olmağa kömək edir. Ana çoxlu süd içməlidir, əks halda, gələcəkdə kalsium çatışmazlığından əziyyət çəkəcəkdir.

Qüvvətli ümmət

Quran və Sünnədə bütün güc formalarından söz açılır:

> *"Siz insanlar üçün ortaya çıxarılmış ən yaxşı ümmətsiniz, (onlara) yaxşı işlər görməyi əmr edir, pis əməlləri qadağan edir və Allaha inanırsınız. Əgər kitab əhli də (sizin kimi) iman gətirsəydi, əlbəttə, onlar üçün yaxşı olardı. Onların da içərisində bəzi iman gətirən şəxslər vardır, lakin çox hissəsi haqq yoldan çıxanlardır" (Ali-İmran, 110);*
>
> *"Allahın düşmənini və öz düşmənlərinizi, onlardan başqa sizin bilmədiyiniz, lakin Allahın bildiyi düşmənləri qorxutmaq üçün kafirlərə qarşı bacardığınız qədər qüvvə və döyüş atları tədarük edin..." (əl-Ənfal, 60).*

Bir ana demişdi: "Uşaq əmizdirmək əla işdir. Hətta gecədən keçmiş bu balaca üzə baxıb fikirləşirəm ki, mən onun üçün hər şeyəm, hər kəsəm. Necə ola bilər ki, onu əmizdirməyim? Əmizdirmənin körpəmə, bu xoş hisslərin də mənə faydası vardır".

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Güclü mömin Allaha zəif mömindən daha sevimlidir. Amma hər ikisində xeyir vardır" (Müslim).

Hədisdəki "güclü" sözü iman və bədən baxımından qüvvətliliyi ifadə edir. Yuxarıda göstərilmiş ayələrdəki "yaxşı ümmət", "Onlara qarşı bacardıqca və atlarınızı tədarük görməklə hazırlaşın" və hədisdəki "güclü mömin" ifadələri təkcə imanı, mənəvi kamilliyi deyil, həm də fiziki gücü göstərir.

Aşağıdakılara əməl etməklə istənilən xalq digər xalqlardan güclü ola bilər:

– sağlam həyat yoldaşı seçmək;

– nikahdankənar cinsi əlaqənin bütün formalarından imtina. Bu o deməkdir ki, valideynlər və uşaqlar cinsi əlaqə yolu ilə keçən bütün xəstəliklərdən, o cümlədən QİÇS-dən qorunacaqlar;

– düzgün qidalanma. Atalar, hamilə analar, uşaqlar təmiz, faydalı, kalorili yeməklərlə qidalanmalı, donuz ətindən, ölmüş heyvanların ətindən, qandan uzaq durmalıdırlar. Quranda süd və su içməyə, bal və meyvə (xurma, üzüm, zeytun, əncir), ət (ev quşları, ətləri yeyilən dəniz canlıları, inək və quzu əti), göyərti-tərəvəz (soğan, sarımsaq, xi-

yar, dənli bitkilər, lobya) yeməyə təşviq vardır;
– gigiyena qaydalarına riayət. Mikroblardan qorunmaq üçün hər yeməkdən əvvəl və sonra əlləri yumaq, tualetdə sol əllə təmizlənmək, sağ əllə yemək, hər gün beş dəfə dəstəmaz almaq lazım gələcəkdir;
– sərxoşedici içkilər və uyuşdurucu maddələrdən, tütündən uzaq durun. Ata və ana kimyəvi və zərərli maddələrdən imtina etsələr, rüşeym sağlam olacaqdır;
– körpələrə süd vermək. Ana südü içən uşaqlar sağlam böyüyür, xarakterləri güclü və bitkin olur. Onlar güclü bədən və psixikaya sahib olurlar. Bu da onların gələcəkdə bacarıqlı və əməlisaleh liderlər olmağına zəmin hazırlayır.

Analıq məzuniyyəti səkkiz həftədən çox olmalıdır. Birillik məzuniyyət isə imkan verir ki, ana özünü bütünlükdə uşağına həsr etsin. Bəzi inkişaf etmiş ölkələrdə (Almaniya, Yaponiya) analara bir neçə illik məzuniyyət verilir.

Xülasə, ilk beş il sağlam xarakterə sahib şəxsiyyətin formalaşması üçün həlledici dövrdür. Əməlisaleh uşaqlar yetişdirmək, əxlaq dəyərləri aşılamaq üçün bu mərhələdən lazımınca istifadə edilməlidir. Yuxarıda göstərilmiş təlimatlar cəmiyyəti "insanlar arasına çıxarılmış yaxşı ümmət" olmağa hazırlayır.

Əgər güclü və sağlam uşaqlar tərbiyə etsək, onlara gələcəkdə iman, hikmət, bilik və müxtəlif bacarıqlar öyrədə biləcəyik. Bunu Həzrəti Yusif, Həzrəti Musa və digər peyğəmbərlərin həyat tarixçəsində görmək mümkündür:

> *"(Musa) yetkinləşib kamilləşəndə ona hikmət və elm verdik. Biz yaxşı əməl sahiblərini belə mükafatlandırırıq!" (əl-Qəsəs, 14).*

Aşağıdakı səbəblərə görə əmizdirmə yaxşı ümmətin əsaslandığı bünövrə hesab olunur:

1. Uşağa mənəvi və fiziki güc bəxş edir.
2. Əmizdirmə hər bir uşağın fərdi tələblərinə cavab verən qidalandırma formasıdır. Süni uşaq qidaları ana südünü əvəz edə bilmir.
3. Əmizdirmə uşaqları qidalandırmağın ən təbii yoludur.

Bəşəri biliklər daima dəyişib inkişaf etdiyi halda, ilahi vəhy bizə konkret təlimat təqdim edir.

"Həqiqətən, bu Quran ən doğru yola yönəldir, yaxşı işlər görən möminlərə böyük bir mükafata nail olacaqları ilə müjdə verir!" (əl-İsra, 9).

Müsəlmanlar Peyğəmbərin sağlam həyatla əlaqəli təlimlərinə riayət etmirlər. Heç bir müsəlman ölkəsi dünyanın uzunömürlü insanlarının yaşadığı 12 ölkə arasına girə bilməyib. Əfqanıstan dünyanın qısaömürlü insanlarının yaşadığı ölkələr siyahısının axırında gəlir (kişilər 43, qadınlar 44 yaş). (BMT, 2010)

Tapşırıqlar

XXXIX tapşırıq. **Aşağıdakılar məni narahat edir...**

Valideyn və uşaqlar aşağıdakı bəndləri müzakirə etməli, çıxış yolu tapmalıdırlar.

Aşağıdakılar məni narahat edir:

– Pizza, piroq və paxlava səliqə ilə kəsilməyib.

– Uşaqlar töküb-dağıtdıqlarını yığışdırmır, bunu onların yerinə valideynləri edirlər.

– İnsanlar zibili zibil qabına deyil, yanına atırlar.

– İnsanlar görüşlərə gecikir.

– Ər evə gec qayıdır, xanımına gecikəcəyini xəbər etmir.

– İnsanlar ayaqqabılarını bağlamağı unudur, heç kəs də bunu onlara xatırlatmır.

– İnsanlar ayaqyolundan çıxır, əllərini yumurlar.

– İnsanlar ayaqyolunda ikən qapını arxadan bağlamırlar.

– İnsanlar çay, qəhvə və ya su içdikləri stəkanı (fincanı) iş stolunda yarımçıq saxlayırlar.

– İnsanlar saçlarını daramır, qaşları və saqqalarını qaydaya salmırlar.

– İnsanlar düymələri, kağız tikənləri, sancaqları, sıxacları iş stolunun üstündə ora-bura atırlar.

– Valideynlər dost-tanışlarının evində özlərini pis aparan uşaqlarına gülümsəyirlər.

– İnsanlar şayiələr yayır, qeybət edirlər (Quran qeybət etməni ölmüş qardaşın ətini yeməyə oxşadır).

– Uşağa sual verildikdə valideynləri onun yerinə cavab verirlər.

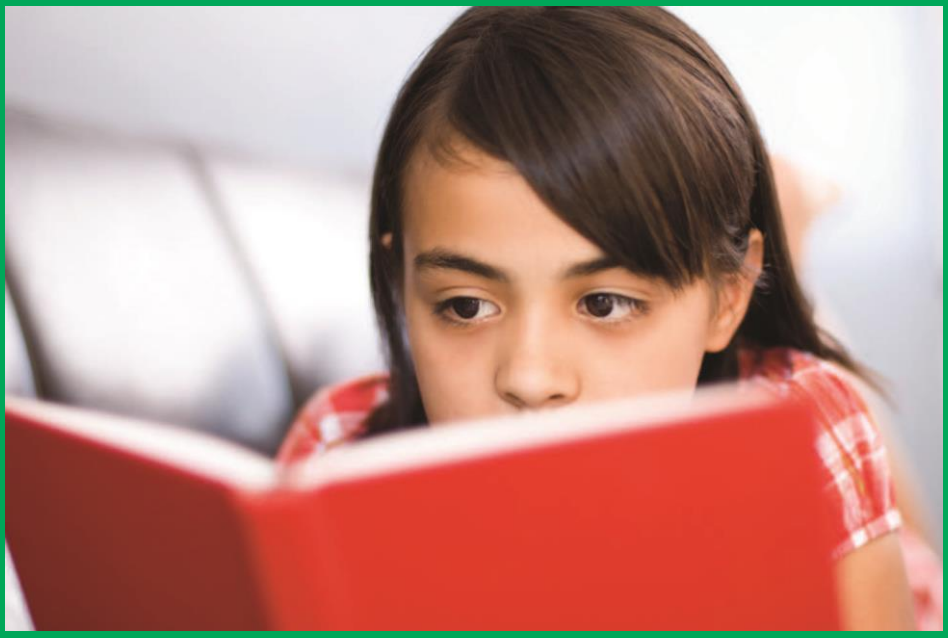
– İnsanlar uşaqların sözünü tez-tez kəsirlər.

– Ev sahibi qonaqları lazım olduğundan artıq yeməyə məcbur edir.

– İnsanlar irqi ayrı-seçkilik ifadə edən lətifələr danışır, zarafatlar edirlər.
– İnsanlar boşqablarına qədərindən artıq yemək qoyur, artıq qalanını zibil qabına atırlar.
– İnsanlar xəbər etmədən qonaq gedirlər.
– Qonaqlar ev sahibinin uşaqlarını danlayırlar.
– Valideynlər uşaqlarına verdikləri sözü tutmurlar.
– İnsanlar baş verənləri tam danışmadan sizdən məsləhət istəyirlər.
– Gənclər pilləkənlərlə qalxmaq əvəzinə, liftdən istifadə edirlər.
– Xəbər gətirən sizə məlumatı dəqiq və tam çatdırmır.
– Ziyarətçilər xəstəxanada və ya evdə xəstənin yanında çox qalırlar.
– Birisi sizdən inciyir, səbəbini göstərmir, sözünüzü kəsir.
– İnsanlar pulu, suyu, qidanı, kağızı, dərmanı, vaxtı, salfet və sabunu hədər yerə işlədirlər.
– İnsanlar sükan arxasında mesaj yazır və ya oxuyurlar (bu bir çox ölkədə qanuna zidd hesab olunur).
– İnsanlar əlləri ilə ağız və burunlarını örtmədən üzünüzə öskürür və ya asqırırlar.
– İnsanlar namazda, toplantı və kitabxanalarda mobil telefonlarını səssiz rejimə keçirmirlər.
– İnsanların paltarı və corablarından pis qoxu gəlir.
– İnsanlar hamamda döşəməni və əlüzyuyan çanağını sulu qoyur, qurulamırlar.
– Eyni vaxtda bir necə adam danışır, bir-birini qulaq asmırlar.
– Sürücülər heç nədən siqnal verirlər.
– Danışanlar bir sözü və ya ifadəni yersiz yerə təkrarlayırlar.
– Birisi olduqca uca səslə danışıb ətrafındakıları narahat edir, digəri isə elə danışır ki, səsi eşidilmir.
– İnsanlar olduqları yerin işığını yanmış vəziyyət qoyub gedirlər.
– Sırada ikən birisi gəlib növbəyə girir.
– Qonaqlar getdikləri evin qaydalarına əməl etmirlər.
– Ev sahibi gecikmiş bir nəfərə görə qonaqları gözlədir, yeməyi stola gətirmir.

– İnsanlar əllərini yuyarkən çoxlu su hədər edirlər.
– Su kranlarını axıra qədər bağlamırlar, damcılayan suyun səsi eşidilir.
– İnsanlar küçəyə tüpürülər.
– İnsanlar yolda gəlib-gedənə mane olan əngəli götürmürlər.
– İnsanlar keçidlərdə dayanaraq söhbət edirlər.
– İclaslarda iki nəfər öz aralarında danışır və ya pıçıldaşırlar.
– İnsanlar səhvə yol versələr də, boyunlarına almır, üzrxahlıq etmirlər.
– İnsanlar səni dəvət edir, amma işini qabaqcadan yaxşı tutasan deyə yemək verib-verməyəcəklərini demirlər.
– Salfet qutusundan lazımından artıq salfet çıxarırlar.
– Çıxış edənlər müəyyən edilmiş vaxtdan artıq danışırlar.
– İnsanlar təbəssüm etmək əvəzinə qaşqabaq tökürlər.
– Salam verdiyiniz şəxs salamınızı almır.
– İnsanlar otaqları ya çox qaranlıq, ya da çox işıqlı edirlər.
– İnsanlar başqalarını hündürdən danışaraq, hər şeylə maraqlanaraq narahat edirlər.

Ailənin hər bir üzvü siyahını narahat olduqları digər faktlarla artıra bilər.



On birinci fəsil

Uşaq beyni: istifadə edin, yoxsa itirəcəksiniz!

Giriş
Əlverişli fürsət
Neyronlar və beyindaxili şəbəkənin inkişafı
Doğuş və musiqi terapiyası
Emosiyalar
Stress beyində emosiya siklini sıradan çıxara bilər
Hərəkətlər
Lüğət və uşaqlıqda əzbər
Beyində dəyişikliklər necə baş verir?
Valideynlər uşaqlarla pozitiv ruhda danışmalıdırlar
ABŞ-da məktəbəqədər uşaqlar üçün təhsil proqramı
Valideynlər nə edə bilər?
İslam, musiqi və nəğmə
İbn Sina əmizdirmə və musiqi haqqında
İslamda rəssamlıq və heykəltəraşlıq
Uşaqlarda beynin inkişafı
Hisslər zəkaya necə üstün gəlir?
Ana qayğısı çox mühümdür
Bizi olduğumuz hala nə gətirir: təbiətmi, tərbiyəmi, talemi?
Beynin inkişafı: oğlanlar və qızlara emosional təsir
Müvəffəqiyyətin əsasını beş yaşdan əvvəl qoymaq mümkündürmü?
Tapşırıqlar

Giriş

Quranda deyilir ki, insan anadan olduqda heç nə bilmir, amma Allah ona biliyi kəsb vasitələri ilə: qulaq, göz və qəlb – hiss və emosiyalar yuvası ilə təmin edir. Bioloqlar izah edirlər ki, eşitmə nahiyəsi beynin ön hissəsində, görmə nahiyəsi isə arxa hissəsində yerləşir. Ortada isə digər nahiyələr vardır. Bu nahiyələr idrak proseslərini tənzimləyir. Qeyd olunmalıdır ki, qulaq, göz və qəlb sözləri Quranda həmişə bir yerdə əlaqəli şəkildə işlədilir.

Uşaq beyninin necə formalaşması və inkişaf etməsini, ilk təcrübənin əhəmiyyətini, onun beynin məntiq, riyaziyyat, musiqi, dil və emosiyalarla əlaqəli sikllərin necə formalaşdırdığını dərk etməliyik. Bunu başa düşsək, onda ilk iki il ərzində uşağın əmizdirilməsinin zəruriliyini dərk edəcəyik.

"Allah sizi analarınızın bətnlərindən heç bir şey bilmədiyiniz halda çıxartdı. Sonra sizə qulaq, göz və qəlb verdi ki, şükür edəsiniz!" (ən-Nəhl, 78).

Əlverişli fürsət

"Uşaqla düzgün münasibət qurmaq üçün onun inkişaf mərhələlərini başa düşməliyik. Çünki beynin nahiyələri müxtəlif vaxtlarda, əksəriyyəti isə uşaqlıq dövründə formalaşır. Nəticə etibarı ilə, beyin sikllərinin həyat təcrübələrinə həssaslığı yaşa görə dəyişir. Lazımi anlarda uşaqlarınıza stimul verin. Nə tələb olunursa, onu da təmin edin. İstənilən səhv müvəffəqiyyətsizliyə səbəb ola bilər" (Begley, 1996).

İnsanın beyninin çəkisi təxminən 1360 qram olsa da, trilyonlarla beyindaxili əlaqələrə, məlumatları nəhəng emal gücünə sahibdir. Beyindaxili əlaqələr dünyadakı bütün şəhər və kəndlərin bir-biri ilə sürətli yol qurşağı və əlavə yollarla əlaqələndirilməsinin əmələ gətirdiyi strukturdan

daha mürəkkəbdir. Dünyadakı mümkün ərazilərdən yollar çəkib bütün şəhər və kəndlər bir-biri ilə əlaqələndirilsə də, beyindaxili əlaqələr daha çox və intensivdir.

Beynin inkişafı ilə əlaqəli problem ondan ibarətdir ki, bu "yollar" uşaqlıq mərhələsinin ilk illərində inşa edilməzsə, sonrakı mərhələdə onların çoxunu inşa etmək mümkün deyildir. Təəssüf ki, bu çox vaxt baş verir. Uşaqlıq mərhələsinin ilk illərini faydalı və səmərəli şəkildə istifadə etmədiyimizdə bu qızıl fürsət itirilir. Özü də birdəfəlik! Odur ki beyində daxili əlaqələrin necə inkişaf etdiyini yaxşı bilməliyik. Bundan sonra düzgün addımlar ata biləcəyik.

Beyinin qavrama gücü

Üçyaşlı uşağın beyni nə qədər informasiyanı qəbul etməyə hazırdır? Beyni güclü kompüterə, ətraf mühiti isə klaviaturaya oxşada bilərik. Bu "kompüter"in yaddaşı çox böyükdür. Üçyaşlı uşağın beynində bir ordunun daxil edə biləcəyi məlumatlardan daha çoxunu saxlamaq mümkündür. Üç yaşın sonunda və ya dörd yaşdan etibarən yaddasaxlama tempi azalır. Kompüter yenə də məlumatları qəbul edir, amma aşağı sürətlə. Yaş üstünə yaş gəldikcə yavaşıma artır. Ahıllıq çağına çatdıqda beyin hüceyrələri və sinapslar "qurumağ"a başlayır. Odur ki biz ilk üç və ya dördillik mərhələdən yaxşı istifadə etməliyik (Kotulak, 1993).

Neyronlar və beyindaxili şəbəkənin inkişafı

"Beyində milyardlarla neyron (sinir hüceyrəsi) vardır. Onlar tənəffüs aktını, ürək döyüntülərini, bədəninin temperaturunu tənzimləyir, reflekslər idarə edirlər. Doğuşdan sonra trilyonlarla neyron istifadə edilmir. Bu neyronlar kompüterin zavodda hələ proqram daxil edilməmiş pentium mikrosxemini xatırladır. Neyronlar istifadə edildikdə digər neyronlarla əlaqə vasitəsilə beyin sikllərı ilə bütünləşir. İstifadə edilməzsə, məhv ola bilir. Uşaqlıq təcrübələri – məhz bunlar hansı neyronların istifadə olunacağını, beyin sikllərı ilə əlaqədə yaradacağını müəyyən edir. Bu, kompüter proqramçısının kompüterdə sikllərin hazırlanması və kateqoriyalara salınması üçün klaviaturadan istifadə etməsinə oxşayır. Sıxılan klavişlər, yəni uşağın təcrübələri onu gələcəkdə ağıllı, bezdirici, qorxaq, etibarlı, fəsahətli və ya pəltək edəcək şeyləri müəyyən edir. Şübhə yox ki, uşağın ilk təcrübələri o dərəcə güclü və təsiredicidir ki, xarakteri bütünlükdə dəyişir" (Nash, 1997).

Həddi-buluğ yaşında beyin 100 milyard neyronla əlaqə yaradır və hər bir neyron minlərlə digər neyrona uzanır. Beyin 100 trilyon neyron əlaqəsinə sahibdir. Bu rəqəm kainatda indiyədək kəşf edilmiş qalaktikaların sayından çoxdur. Bu da öz növbəsində beyinə böyük güc qazandırır. Ənənəvi baxış budur ki, beyindəki neyron əlaqələrinin xətti diaqramı yeni ev diaqramına oxşayır. Və bu diaqram mayalanmış yumurtalıqdakı genlər vasitəsilə qabaqcadan müəyyən olunur. Bu genlərin yarısı mərkəzi sinir sistemində rol oynasa da, beyindəki əlaqələr kompleksinin sayını müəyyən etmək üçün bəs etmir. Başqa ehtimal yaranır: ola bilər ki, genlər be-

yindəki əsas sikllәri müəyyən edir. Beyindəki trilyonlarla əlaqəni əmələ gətirən nə isə başqa şeydir. Bu başqa şey ətraf aləmdir. Belə ki beyin ətraf aləmdən saysız-hesabsız mesaj alır. "Beyində neyronlar şəbəkəsi iki mərhələdə yaranır: 1) təcrübənin olmadığı mərhələ; 2) təcrübənin olduğu mərhələ (Carla Shatz, 1996; Kaliforniya universiteti, 1997). Beyin özünü müəyyən mərhələdə formalaşdırır. Bu mərhələ fürsətlər mərhələsidir. Belə fürsətlər doğumdan əvvəl yaranır və hər keçən il itirilir".

"Bu fürsətlərin itirilməsinin nəticələri narahatedicidir. Münasib vaxtda başlamaq hər şeyi mümkün hala gətirir. Bu əlverişli imkanlar əldən çıxarılarsa, "natamam və ya əlil beyin" adlandırılması mümkün olan şeylə münasibət qurmaq məcburiyyətində qalacağıq. Uşağın intensiv məktəb proqramlarından, məsələn, "Head Start" proqramından əldə etdiyi "qazanc" çox vaxt müvəqqəti olur: bu intensiv proqram gec başlandığından beyində neyron əlaqələndirilməsini yenidən təmin edə bilmir.

Həmçinin uşağa ikinci dilin öyrədilməsini gecikdirmək (sonraya saxlamaq) olmaz. Pediatr Çugani deyir: "Xarici dil tədrisinin orta məktəbdən başlandığını zənn edən kimsə necə də axmaqdır! Həmin vaxt çox gecdir, fürsət əldən çıxmışdır" (Dr. Harry Chugany, Miçiqan Uşaq Xəstəxanası).

Beyində görmə, eşitmə, hərəkət və emosiya nahiyələrini aşağıdakı kimi təsvir edə bilərik:

Görmə

Uşaqda ilk 2-4 ay ərzində görmə sikllәri ilə əlaqəli neyronların qəfil inkişafı baş verir. Bu, uşağın ətraf aləmi müşahidə etməsi və ətrafdakılara diqqət yetirməsi ilə başlanır. Hər bir neyron heyrətamiz şəkildə digər 15000 neyronla əlaqə yaratdıqda bu inkişaf səkkizaylığında özünün pik nöqtəsinə çatır. Gözündə katarakta (mirvari suyu) ilə doğulmuş uşaq iki ayınadək əməliyyat olunmazsa, həmi-

şəlik kor qalır. Pişiklər üzərində aparılmış təcrübələr bunu təsdiqləmişdir.

Eşitmə

Patrisiya Kuhl (Vaşinqton universiteti) deyir: "12 aylıq uşaqlar onların dili üçün vacib olmayan səsləri qavramamaq qabiliyyətini itirir və kəkələməyə başlayırlar, – bu onların dillərindəki səslər əsasında baş verir". Bu vəziyyət izah edir ki, nə üçün yaponlar "r" səsini tələffüz edə bilmirlər. Bir çox ərəb dialektində "d" səsi "z" kimi tələffüz edilir. Məsələn, "vələddalin" "vəlləzzalin" kimi səslənir. Ana dilindən sonra ikinci dili öyrənmək çox çətindir. "Birinci dili qavrama sxemi ikinci dilin öyrənilməsini məhdudlaşdırır", – Patrisiya Kuhl yazır. Məsələn, neyron sikləri ilk dil olaraq ispan dili üçün formalaşıbsa, digər neyronların ikinci dil – yunan dili üçün şəbəkə yaratmaq qabiliyyəti azalır. On yaşından sonra ikinci dil öyrənən uşaq, çox güman ki, həmin dildə ana dilində olduğu kimi danışa bilməyəcəkdir. Bu səbəbdən ərəb olmayan uşaqların ərəb dilindəki səsləri düzgün tələffüz etmələri üçün Qurana qulaq asmaları çox vacibdir.

Uşaqlarda səslərin sözlərə çevrilməsi əsas neyron sikləri formalaşdıqda başlanır. Uşaq nə qədər çox söz eşidərsə, bir dili o qədər tez öyrənər. Anaları ilə sıx ünsiyyətdə olan iyirmi aylıq çağalar ünsiyyətdə olmayan uşaqlardan 131 söz çox bilirdilər. 24-cü ayda bu fərq 295 sözə çatmışdı. Qoy analar, hətta birhecalı sözlərdən istifadə etsinlər – bu, nəticə etibarı ilə uşaqlar üçün faydalıdır. Sözlərdəki səslər uşağın beynində daha çox söz qavramağa kömək edən neyron sikləri yaradır. Öyrəniləcək sözləri qavramaq üçün onları təkrar-təkrar eşitmək lazımdır. Qeyd edək ki, həmsöhbət bacı-qardaşın olmağı uşaqda danışığın inkişafına müsbət təsir göstərir.

Musiqi

Kiçik yaşda musiqi ilə kontaktda olmaq yeni neyron sikləri yaradır. Maqnit-rezonans təsviri göstərmişdir ki, simli alətlərdə ifa edən musiqiçilərin beyinlərində baş barmaq və sol əl barmaqlarının hərəkətinə reaksiya verən nahiyə musiqiçi olmayan şəxslərinkindən genişdir. Platon deyirdi ki, musiqi ən böyük təlim vasitəsidir. Dövrümüzdə alimlər bunun səbəbini müəyyənləşdirmişlər. Onlar göstərmişlər ki, musiqi beyni üstün və mütərəqqi idrak formaları üzrə məşq etdirir. Tədqiqatçılar məktəbəqədər yaşda olan uşaqlardan ibarət iki qrupa musiqinin təsirini araşdırmışlar. Birinci qrupdakı uşaqlar pianinoda çalmaq dərsləri almış, hər gün nəğmə oxumuşdular. İkinci qrup isə bunu etməmişdi. Səkkiz ay sonra birinci qrupdakı üçyaşlı uşaqlar tapmacaları həll etməkdə birinci olmuş, yoldaşlarından məkan zəkası testlərində 80 bal çox toplamışdılar.

Bu nailiyyət gələcəkdə riyaziyyat və həndəsi bacarıqlara çevrilir. Fizik Gordon Şouya görə, erkən musiqi təlimi uşaqlarda məntiqi-rasional mühakimə qabiliyyətini möhkəmləndirir (Begley, 2000).

Musiqi, riyaziyyat və məntiq bacarıqları arasında möhkəm əlaqə vardır. Mütəşəkkil düşünmə bacarığı oxşar beyin qırışları ilə səciyyələnir. Balacalarla işləyən müəllimlər uşaqlara ali riyaziyyatı və şahmat oynamağı öyrətməsələr də, onlar musiqi yaratmaq bacarığına sahib olurlar. Viskonsin universitetinin professoru Frensis Rauşer apardığı eksperimentdə bəzi uşaqlara pianino, digərlərinə isə nəğmə dərsləri vermişdi. Səkkiz ay sonra məlum olmuşdu ki, musiqi dərsləri alan uşaqlar digərləri ilə müqayisədə məkan zəkası və təhlildə "irəliyə getmişlər". Onlar labirint oyunlarında düzgün yolu göstərə, həndəsi fiqurlar çəkə, ikirəngli birləşmələrin rəng qruplaş-

malarını bir yerə yığa bilirdilər. Uşaqlar klassik musiqiyə qulaq asmaqla beyin qabığı neyronlarını məşq etdirərkən riyaziyyatı öyrənərkən formalaşan neyron konturlarını gücləndirmiş olurlar. Həmçinin musiqi beynin gizli qırışlarına təsir edir, müxtəlif işlərdə mürəkkəb məntiqdən istifadəni gücləndirir (Nash, 1997).

Uşaqları müxtəlif musiqi alətlərində ifa etməyə həvəsləndirmək lazımdır.

Doğuş və musiqi terapiyası

Nə üçün uşaq ana qucağında sakit olur? Mütəxəssislər belə bir təcrübə aparmışlar: ağlayan bir neçə uşağı analarının nəbzi, layla və nəğmələrinin səsləndirildiyi otağa aparmışlar. Onlar bu səsləri eşitdikdə ağlamağı kəsmiş, bir azdan yuxuya getmişlər (Hicks, 1995). Ana bətnində körpə ananın ürək döyüntülərinə öyrəşir və doğulduqdan sonra bu səs onu rahatladan "nəğmə"yə çevrilir. Anaların böyük əksəriyyəti süd verərkən uşaqlarını özlərindən asılı olmayaraq sol qolları üzərində tutur, ağlamalarını kəsmək istədikdə sinələrinə sıxırlar. Bu iki instinktiv hərəkətlə ana ürəyinin döyüntüsü uşağın sakitləşməsinə kömək edir (Sears, 1991).

Musiqi terapiyası uşaq doğumunda effektli vasitə hesab olunur. Türkiyədə Bağırköy Doğum Xəstəxanasında belə bir eksperiment aparmışlar. Doğum ağrısı ilə gəlmiş qadınları iki palatada yerləşdirmişlər Birinci palatadakı qadınlara su şırıltısı və ney səsi dinlətmişlər. İkinci otaqdakı qadınlar isə heç bir səsə qulaq asmamışlar. Məlum olmuşdur ki, musiqiyə qulaq asan qadınlar doğuş vaxtı az ağrı hiss etmişlər. Onlar musiqiyə qulaq asmayan qadınlarla müqayisədə yüksək əhval-ruhiyyədə olmuş, özlərini rahat hiss etmişdilər (Komurcu, 1999).

Musiqi-terapiya xəstələrin sağalmasına kömək edir, özünəinamı gücləndirir, qan dövranı və tənəffüs sistemini, əzələlərin işini yaxşılaşdırır (Davis, 2008).

Quran tilavəti və Peyğəmbərdən bəhs edən nəğmələrə qulaq asmaq bu baxımdan faydalıdır.

Emosiyalar

Emosiyaları tənzimləyən neyron sikllərinin gövdə xətləri doğuşdan əvvəl formalaşır. Doğuşdan sonra bu vəzifəni valideynlər icra edir. Emosiyalara ünsiyyət və qarşılıqlı münasibətlər daha çox təsir göstərir. Məsələn, körpələrini bağrına basan analar onların hisslərini "oxuyurlar". Uşaq pişik və ya küçük görüb sevindikdə təbəssümlə onu qucaqlayın. Yaxud quş görüb coşmasına coşmaqla qarşılıq verin. Bütün bunlar onların beynində emosiya sikllərini gücləndirir. Həmçinin beyin bu davranışlardan hisslər formalaşdırmaq və əks-reaksiya vermək üçün istifadə edir. Emosiyalar qarşılıqlı olduqda beyində hissləri formalaşdıran elektrik-kimyəvi siqnallar güclənir. Amma hisslər (emosiyalar) birtərəfli olduqda, yaxud mənfi reaksiyaya tuş gəldikdə bu sikllər "qarışır". Məsələn, uşaq evdə qablardan "göydələn" qurub sevindikdə ana üzünü turşutmamalıdır.

Bu məsələdə təkrar çox əhəmiyyətlidir. Bir kərə deyilən pis söz uşağa həyatı boyu zərər verməz, lakin mütəmadi deyilən sözlər güclü təsir göstərər. Uşağın emosiyalarına qarşılıq verməyən analar onun passiv və bədbin böyüməsinə səbəb olurlar.

Stress beyində emosiya siklini sıradan çıxara bilər

Stress və davamlı təzyiq emosiya sikllərinə təsir göstərir. Bu sikllərə görə beynin badamcıq nahiyəsi "məsuliyyət" daşıyır. Badamcığın funksiyası kənardan gələn səs və təsvirləri "yoxlamaq" və emosiyalara çevirməkdir. Görmə və eşitmə impulsları beynin düşünmə və rasional mühakimə ilə əlaqəli qabığına – neokorteksə çatmazdan əvvəl badamcığa ötürülür. Görmə və ya eşitmə əvvəlki acı təcrübə ilə (məsələn, sərxoş atanın evə gəlməsi və evdəkiləri incitməsi) əlaqəlidirsə, beyin baş verənləri təhlil etməzdən əvvəl badamcıq kimyəvi reaksiyalar vasitəsilə neyronlara həyəcan siqnalı göndərir. Vəziyyət nə qədər çox təkrar olunarsa, proses tez işə düşəcəkdir: atanı xatırlamaq kifayətdir ki, uşaqda qorxu yaransın. Neyron sikləri bir neçə gün “əsəbi” qaldıqda beyin yüksək hazırlıq və sayıqlıq vəziyyətində olur. Belə olduqda bir çox neyron sikli təhlükənin gəldiyini xəbər verən sözlü olmayan işarələrə – mimika və qəzəbli səslərə reaksiya verir. Bu səbəbdən beyin qabığı inkişafdan qalır, mürəkkəb məlumatları (məsələn, dili) qavramaqda çətinlik çəkir, “yorulur”. Bəlkə də,

məhz buna görə Həzrəti Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qəzəblənərkən susmağı (danışmamağı) əmr etmişdir. Belə olarsa, bərk hirsləndiyimizdə ağzımızdan nalayiq və qeyri-münasib sözlər çıxmaz, nəticə ürəkaçan olar.

Hərəkətlər

Hamiləliyin yeddinci həftəsində rüşeym tərpənməyə başlayır. 15-17-ci həftədə rüşeymin hərəkətləri son dərəcədə aktivləşir. Bu həftələrdə uşağın beynində hərəkəti tənzimləyən nahiyələr inkişaf edir. Beyincikdə hərəkət və vəziyyəti tənzimləyən hüceyrələrin funksional sikllər yaratması iki il davam edir. Bu sikllərin çoxu uşaq hərəkət etməyə başladıqda formalaşır. Əgər siz uşağın hərəkətlərini məhdudlaşdırsanız, beyincikdə sinaptik əlaqələrin yaranmasını məhdudlaşdırmış sayılırsınız. Çünki uşağın ilk spazmatik hərəkətləri beynin motor qabığına siqnal ötürür. Əllər nə qədər çox hərəkət edərsə, sikllər də bir o qədər güclənir və beyin əlləri avtomatik və axıcı şəkildə hərəkət etdirə bilir. Belə imkanlar "pəncərə"si ancaq bir neçə il açıq qalır. Dörd yaşınadək beşikdə bələkli vəziyyətdə saxlanan uşaq gəzməyi öyrənə bilər, amma sərbəst və axıcı şəkildə gəzməyi bacarmayacaqdır (Carmichael, 2007).

Fiziki təmrinlər təkcə ürəyə deyil, həm də beyinə xeyirlidir. Belə hərəkətlər sayəsində beyinə qlükoza formalı qida maddələri ötürülür, neyron əlaqələrinin sayı artır. Nəticədə hər yaş dövründən olan uşaqlar asanlıqla öyrənə bilirlər. İdmanla məşğul olan uşaqlar adətən məktəbdə yaxşı oxuyurlar. Uşaqların sinif otaqlarında da fiziki hərəkətlərə ehtiyacı vardır. Partada sakit şəkildə oturaraq vurma cədvəlini, şerləri əzbərləməklə kifayətlənmək olmaz. Biliklər "motor yaddaş"da möhkəmləndikdə uzun müd-dət hafizədə qalır.

Lüğət və uşaqlıqda əzbər

Bioloqların kəşfləri bir çox uşağın ərəb dilini bilmədiyi halda kiçik yaşlarında Quran necə əzbərlədiklərinin səbəbini izah edir. Bu uşaqların bəziləri on yaşına çatmadan

Quranı bütünlüklə əzbərləmişdilər. Son araşdırmalar göstərmişdir ki, hər hansı bir dili öyrənmək imkanları on yaşdan sonra azalmağa başlayır. Biz sənayeləşmiş ölkələrdə uşaqlarda erkən yaşlarda əzbərləmə praktikasına rast gəlmirik. Orqanizmin böyüməsi üçün qidalanma tələb olunduğu kimi, əzbərləmə də beyni dilin inkişafı üçün baza ilə təmin edir. Hər hansı dili öyrənmək üçün yaranmış "əlverişli fürsət" 12 yaşadək davam edir. Beyin nə qədər çox qlükoza istifadə edərsə, bir o qədər aktiv olur. Dörd yaşından yeniyetməliyədək uşaqlarda beynin istifadə etdiyi qlükoza yeniyetmələrinkindən iki dəfə çoxdur. Bu səbəbdən cavan beynin yeni məlumatları emal etmək gücü çoxdur. Çətin fənlər (triqonometriya, xarici dillər) erkən yaşlarda tədris edilməlidir. Uşaqlar ibtidai məktəbdə keçdikləri ikinci dili asanlıqla qavrayır, onda aksentsiz danışmağı bacarırlar. Təəssüf ki, ABŞ-da əksər məktəblərdə ispan və fransız dilləri ancaq yeddinci sinifdə, yəni 13-cü yaşda keçirilir ki, bu da fürsətin əldən çıxması deməkdir.

Beyində dəyişikliklər necə baş verir?

Məşqlər beynin yaddaşla əlaqəli nahiyəsini inkişaf etdirir. Nəticədə həmin nahiyənin işi yaxşılaşır. Tədqiqatlar göstərmişdir ki, fiziki təmrinlər dişli qırışda (dentate gyrus – hippokamp nahiyəsi, yaddaş üçün mühüm nahiyə hesab olunur) qanın həcmini artırır, burada yeni beyin hüceyrələrinin yaranmasını təmin edir (Carmichael, 2007).

Valideynlər uşaqlarla pozitiv ruhda danışmalıdırlar

Ünsiyyətin həcminə görə ailələr bir-birindən fərqlənir. Maddi təminat yaxşıdırsa, valideynlər təhsillidirsə, uşaqlarla sözlü ünsiyyətin həcmi böyüyür. Bununla da uşaqlar daha çox söz öyrənirlər. Zəngin valideynlərin uşaqları üç yaşına çatdıqda 30 milyon söz eşitmiş olurlar. Bu rəqəm imkansız ailələrin uşaqları ilə müqayisədə üç dəfə çoxdur.

Valideynlər uşaqlara müraciət üslubu baxımından da fərqlənirlər. Belə ki yüksək gəlirli, təhsilli valideynlər uşaqları ilə müsbət ruhda danışır, onların

yaxşı davranışlarını tərifləyirlər. Onlar uşaqlarının müsbət davranışlarından razı qaldıqlarını açıq şəkildə ifadə edirlər. Bu zaman onlar "bu yaxşı işdir", "bu doğrudur", "sən haqlısan", "xoşum gəldi", "afərin" kimi ifadələr işlədirlər.

İşləyən valideynlər də uşaqlarını tərifləyirlər, amma çox vaxt "bu pis işdir", "sən səhv edirsən", "dayan", "dayan etmə", "sakit ol", "itil gözümdən" kimi ifadələrə üstünlük verirlər. Kasıb valideynlər uşaqlarını daha çox tənqid edirlər.

Analar uşaqlarla nə qədər çox danışsalar, uşaqların söz ehtiyatı bir o qədər çoxalır. Peşə və ixtisas sahibi valideynlərin uşaqlarının bir saat ərzində eşitdiyi sözlərin sayı fəhlə uşaqlarının eşitdiyindən 75 faiz, az gəlirli ailələrin uşaqlarınkından isə üç dəfə çoxdur. Kasıb uşaqları ilə müqayisədə varlıların uşaqları ailədə 2-5 dəfə çox müsbət münasibət görürlər. Üçyaşlı uşaqlar üzərində aparılmış eksperimentdən məlum olmuşdur ki, söz ehtiyatı çox, yaxşı münasibət görən uşaqlar məntiq testlərində daha çox bal toplamışlar. Onu da deyək ki, işləyən və ya gəliri az valideynlər uşaqlarını başqa valideynlərdən heç də az sevmirlər (Begley and Wingert, 1997).

ABŞ-da məktəbəqədər uşaqlar üçün təhsil proqramı

ABŞ-da "erkən başlama" proqramı müvəffəqiyyətsiz olmuşdu. Bu, aztəminatlı ailələrin uşaqlarını inkişaf etdirmək üçün nəzərdə tutulmuş federal proqram idi. Tətbiqinə 1965-ci ildən başlanılmışdı. Bu proqram çərçivəsində uşaqların əldə etdiyi bütün nailiyyətlər üç yaşından sonra heç olmuşdu. Proqramın müvəffəqiyyət qazanmamağı seçilmiş yaş dövrü ilə əlaqəli idi. Belə ki proqram iki, üç və dörd yaşlı uşaqları əhatə edirdi.

1992-ci ildə "Abecedarian" proqramı həyata keçirilməyə başlandı. Yüz iyirmi kasıb ailənin uşaqlarını Uşaqlara Gündüz Qayğısı Mərkəzində intensiv erkən təhsil almaq üçün dörd qrupa bölmüşdülər. Birinci qrupda 4-8 aylıq, ikinci qrupda 4 aylıqdan beş yaşınadək, üçüncü qrupda isə 5 aylıqdan səkkiz yaşınadək uşaqlar vardı. Dördüncü qrupdakı uşaqlara isə intensiv erkən təhsil verilmirdi. Sual yaranır: Dördaylıq uşaqlara təhsil vermək nə deməkdir? Bu o mənaya gəlir ki, uşaqlara oynamaq üçün kublar, muncuqlar verilir və ya onlarla danışılır, yaxud da oynanılır. Uşaqlarda koqnitiv, danışıq, sosial və motorika bacarıqlarını inkişaf etdirmək üçün 200-dən çox oyun yaradılmışdır. Axırda, məlum olmuşdur ki, proqramda iştirak edən məktəbəqədər uşaqlar 15 aylıq olduqda riyaziyyat və oxudan yüksək qiymət almışdılar. O da məlum olmuşdur ki, proqrama daha erkən qoşulanlar qazandıqları bilikləri daha çox yadda saxlayırlar. Proqramda beş yaşından sonra iştirak edən uşaqlarda zehni bacarıqların aşkar inkişafı müşahidə olunmamışdı. Əgər ibtidai təhsil başa çatmazdan əvvəl "zəka pəncərəsi" bağlanarsa, təhsil imkanı olmayan uşaqlar üçün ümid yeri qalırmı? Əgər valideynlər riyaziyyat bacarığını stimullaşdırmaq üçün uşağa muncuq dənələrini saydırmayıblarsa, dil qabiliyyətini formalaşdırmaq üçün onunla danışmayıblarsa, belə uşaqla nə etməliyik? Ümid yeri vardır. Belə ki beyin öyrənmək qabiliyyətini bütün yaş dövrlərində

qoruyub saxlayır. Ahıl yaşında, yaxud təqaüdə çıxdıqlarında xarici dil öyrənən insanlara rast gəlirik. Lakin praktika göstərir ki, bağçayaqədər mərhələdə beyinləri stimullaşdırılmamış uşaqlarda öyrənmə və müxtəlif vərdişlər qazanma bacarığı zəif olur.

Böyük Britaniyanın Baş naziri Toni Bleyer 1997-ci il sentyabr ayının 30-da İngiltərə Leyboristlər Partiyası Milli Konqresindəki çıxışında bildirmişdi ki, məktəbəqədər mərhələ dörd yaşından deyil, üç yaşından başlanmalıdır. Məqsəd beynin erkən inkişafını təmin etməkdir.

Böyük potensialla doğulsaq da, onu inkişaf etdirmək lazımdır. Valideynlər uşaq beyninin tələblərini, bilikləri necə yadda saxladığını bilməlidirlər. Uşaq beyninə vaxtında üç başlıca bacarıq aşılanmalıdır:

– məntiq
– dil
– musiqi

Valideynlər nə edə bilər?

Məntiqi zəka

Bacarıqlar: məntiq və riyaziyyat
Vaxtı: doğuşdan 4-cü yaşınadək
Nə bilirik**:** "Riyaziyyat üçün yer" beyin qabığında "musiqi nahiyəsi"nin yaxınlığında yerləşir.
"Azdır və ya çoxdur", "bir, iki.." əsasında öyrənən uşaqlar gələcəkdə riyaziyyatı yaxşı mənimsəyirlər.
Tapşırıq: Uşaqlarla sayma oyunu oynayın. Məsələn, "birə-bir" qaydasını öyrənmək üçün uşağı süfrə arxasında oturdun: hər kəsə bir qaşıq, bir çəngəl! Sakit musiqi səsləndirə bilərsiniz.

Musiqi zəkası

Bacarıq: musiqi
Vaxtı: 3 yaşından 10 yaşınadək
Nə bilirik: Simli alətlərdə ifa edən musiqiçilərin beyinlərində baş barmaq və sol əl barmaqlarının hərəkətinə reaksiya verən nahiyə musiqiçi olmayan şəxslərinkindən genişdir. On yaşdan sonra çalmağa başlayanlar arasında mahir ifaçılar azdır. Bö-

yüklər üçün musiqi alətində çalmağı öyrənmək çətindir. Musiqi dərsləri məkan bacarıqlarını inkişaf etdirir.
Tapşırıq: Valideynlər Quran tilavətinin, azanın, quş civiltisinin, təbiətdəki səslərin yazıldığı diskləri oxutmalı, uşaqlarla birlikdə nəğmələr, ilahilər oxumalıdırlar. Birlikdə sakit melodiyalara qulaq asmaq olar. Uşaqlarınıza musiqi alətləri verin. Bu onlarda mümkün musiqi bacarığını üzə çıxara, yaxud həmin alətlərlə maraqlanmalarına səbəb ola bilər.

Linqvistik zəka
Bacarıq: dil
Vaxtı: doğuşdan 10 yaşınadək
Nə bilirik: Eşitmə ilə əlaqəli beyin qabığında neyron sikləri bir yaşında formalaşır. Bu sikllər sözlərdəki səslərlə əlaqəlidir. Uşaq iki yaşında nə qədər çox söz eşidərsə, söz ehtiyatı bir o qədər çox olar. Eşitmə problemləri səslərin hərflərlə əlaqələndirilməsi bacarığını axsadır.
Tapşırıq: Valideynlər uşaqları ilə çox danışmalıdırlar. Əgər onlar uşağa ikinci dil öyrətmək istəyirlərsə, 10 yaşından əvvəl başlamalıdırlar. Uşaqlarda qulaq iltihabı olarsa, dərhal müalicə edilməlidir.

İslam, musiqi və nəğmə

Şəhvətə, şərə səbəb olmadıqca, dini öhdəliklərə mənfi təsir göstərmədikcə islamda musiqi və nəğmə icazəlidir. Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* səhabələri və onlardan sonra gələnlər xoş münasibətlərdə (toy, uşaq doğularkən...) musiqi və nəğmələrə qulaq asırmışlar. Bu mərasimlərdə nəğmələr

oxunur, müxtəlif musiqi alətləri (dəf, təbil) çalınırdı. Buxari və Müslim rəvayət edir ki, həbəşlər Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* üçün rəqs edib oynamış, o da həyat yoldaşı Aişə ilə birlikdə uzun müddət onlara tamaşa etmişdi.

Rəvayət olunur ki, Həzrəti Aişə (Allah ondan razı qalsın!) demişdir:
"Peyğəmbər (Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!) yanıma daxil olduğunda iki cariyə Buas nəğməsi oxuyurdu. Buas Cahiliyyətdə Övs və Xəzrəc qəbilələrinin savaşdığı, Övsün qalib gəldiyi günün adı idi. Peyğəmbər yatağa uzanaraq üzünü çevirdi. Bu vaxt Əbubəkr gəldi. Məni danlayaraq dedi: "Peyğəmbərin yanında şeytan neylərimi?" Peyğəmbər üzünü ona sarı çevirərək dedi: "Dəymə, oxusunlar." Əbubəkr getdikdən sonra onlara göz vurdum, çıxdılar.
Bayram günü idi. Zəncilər (həbəşlər) nizə-qalxan oyunu oynayırdılar. (Dəqiq xatırlamıram) ya mən istədim, ya da o (Peyğəmbər) soruşdu: "Baxmaq istəyirsənmi?" "Bəli", – dedim. Məni arxasında saxladı. Həbəşlərə baxdığımda yanağım yanağına dəyirdi. Bu vaxt o (oynayanlara) səslənirdi: "Haydı, Ərfədəoğulları (oynayın!)" Axırda, bezdim. Soruşdu: "Bəsdirmi?" "Bəli", – dedim. O da: "Elə isə get", – dedi" (Buxari və Müslim).

Burada valideynlərin öyrənəcəyi bəzi nüanslar vardır. Qoy onlar uşaqlarını əyləncədən məhrum etməsinlər. Dövrümüzdə musiqi və incəsənət, ümumi götürdükdə, günah əməllərin təbliğinə (seksual sərbəstlik, narkomaniya, alkoqolizm) xidmət edir. Amma biz ondan təhsildə, saf və ülvi əyləncədə istifadə edə bilərik.
Musiqi və nəğməni haram edən heç bir səhih hədis mövcud deyildir. Müasir müsəlman ilahiyyatçısı Yusif əl-Qərdavi musiqini haram edən bütün hədisləri rədd edərək bildirmişdir ki, bu hədislərin dəqiqləşdirilməsinə ehtiyac vardır və onların

bəzisi məzmunca, bəzisi də rəvayət zənciri baxımından mötəbər (səhih) deyildir; Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dövrünə aid elə faktlar vardır ki, musiqi və nəğmənin haram edilmədiyini göstərir. Məsələn:

1. Həzrəti Əbubəkr *(Allah ondan razı qalsın!)* qızı Həzrəti Aişənin *(Allah ondan razı qalsın!)* otağına daxil olduqda orada dəf vurub oxuyan iki cariyə görmüşdü. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* paltarına bürünüb uzanmışdı. Əbubəkr onları danladıqda Peyğəmbər üzünü açaraq demişdi: "İcazə ver onlara, Əbubəkr, bu günlər bayram günləridir" (Buxari və Müslim).
2. Həzrəti Aişə *(Allah ondan razı qalsın!* – evləndirəcəyi) qadını ənsardan bir kişinin yanına aparırmış. (Yolda onu görən) Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdi: "Ey Aişə, sizinlə musiqi çalıb nəğmə oxuyan kimsə yoxmu? Ənsar bunu çox xoşlayır" (Buxari).
3. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* Məkkəni tərk edib Mədinəyə gəldiyində Bəni-Nəccar qəbiləsinin qızları dəf çalıb oxuyur, Peyğəmbəri salamlayırmışlar.
4. Həbəşlər məsciddə oynayarkən Həzrəti Ömər *(Allah ondan razı qalsın!)* gələrək onlara qışqırdı. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dedi: "İcazə ver onlara, Ömər! Onlar ki Ərfədəoğullarıdır!" (Nəsai).

Ümumi qayda budur ki, əməllərə niyyətə görə qiymət vermək lazımdır. Batilə aparıb çıxaran istənilən əməldən uzaq durmaq lazımdır. Şəhvət yaradan musiqi, əxlaqsız mahnılar, heç şübhəsiz ki, haramdır. Günaha səbəb olmayan musiqi və mahnılar isə icazəlidir.

İbn Sina əmizdirmə və musiqi haqqında

İbn Sina demişdir: "Psixoloji amillərin səbəb olduğu xəstəliklər vardır".

Əmizdirmə: İbn Sina nəfslə fiziki sağlamlıq arasında möhkəm əlaqənin olduğunu bildirir. Əmizdirmə bu əlaqəni möhkəmlədir. Bu səbəbdən o, süd verən qadının düzgün seçilməsinin vacibliyini qeyd etmişdi.

Musiqi: İbn Sinaya görə, musiqi xəstələrə fiziki və psixoloji baxımdan yaxşı təsir göstərir.

İslamda rəssamlıq və heykəltəraşlıq

İslama görə təsvirlər və heykəllər icazəlidir. Amma lüt insan şəkilləri, əxlaqsızlığı təbliğ edən nümunələr haramdır. Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dövründə şəkil və heykəllərdən ibadət məqsədilə istifadə olunurdu. Bu səbəbdən o bunları haram etmişdi.

İndiki dövrdə istifadə etdiyimiz bəzi sözlər keçmişdə başqa mənada işlədilirdi. Məsələn, "Yusif" surəsində "səyyarə" sözü "karvan" mənasında işlədildiyi halda, bu gün "avtomobil" deməkdir. Eyni qaydanı qədimdə "təsvir" və "yonma" adlandırılan anlayışlara da tətbiq edə bilərik. Bu gün həmin sözlər "şəkil", "foto", "filmlər", "iki və üçölçülü heykəllər" və sairi ifadə edir. Bütpərəstlər təsvir və heykəllərdən uzun müddət ibadət məqsədilə istifadə etmişlər. Onlardan qeyri-dini məqsədlə istifadə edildiyini gördükdə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* etiraz etməmişdi. Məsələn, bir dəfə uşaqların gəlinciklə oynadığını görmüş, onlara mane olmamışdı. Bununla da, hər bir dövrdə olduğu kimi, dövrümüzdə də ibadət obyekti seçilən istənilən şəkil və ya heykəl qəti şəkildə haram hesab olunur. Amma indiki dövrdə şəkil və heykəllər əksər hallarda ibadət məqsədilə deyil, elmi-texnoloji, informasiya, təhsil sahələrində, komfort, pasport, şəxsiyyət vəsiqəsi, sürücülük vəsiqəsi üçün istifadə olunur. Hədislərdə əqidə və dinlə əlaqədar şəkil və heykəllər haram edilmişdir. Elə isə biz şəkil və yonmalardan zərərli və günah işlərdə deyil, faydalanmaq üçün istifadə etməliyik. Bıçaqdan bir çox faydalı işdə istifadə olunur. Amma ondan qətldə, zorakılıq və cinayətdə də istifadə etmək mümkündür. Lakin heyvan kəsmək və ya müharibədə, yaxud özünümüdafiədə istifadə etmək halları fərqlidir.

Uşaqlarda beynin inkişafı

Balacalar dil öyrənməyə, nümunələri təkrarlamağa, istənilən münasibəti qurmağa maraq göstərirlər. Onlar çağa ikən ətrafda baş verənləri müşahidə etməklə kifayətlənmir, onun bir parçası olmaq, iştirakçısına çevrilmək istəyirlər. Uşaqlarda maraqları inkişaf etdirmək, beyinlərində müsbət dəyişiklik yaratmaq üçün valideynlərə bəzi ideyalar təqdim olunur:

Misallar

Azyaşlılar üçün misallar – hadisə və situasiyalar çox mühümdür. Xüsusən hadisələrin ardıcıllığı və əlaqəliliyi uşaqların diqqətini daha çox cəlb edir. Uşaq beyni hadisələri səbəb-nəticə baxımından bir-biri ilə təbii şəkildə əlaqələndirir. Valideynlər fiziki hadisələri (məsələn: işıq, istilik, maye, cazibə qüvvəsi və küləyin təsirini), ictimai normaları (girməzdən əvvəl qapını döymək, başqalarına növbə vermək, "sağ ol" demək) uşaqlara sadə dillə izah etməlidirlər. Uşaqlar bu yaşda ev işlərinə (təmizlik işləri, bişirmək, geyinmək) qarışmaqdan xoşlanırlar.

İkinci məsələ situasiyalarla əlaqəlidir. Balacalar nəticədən çox prosesin özü ilə maraqlanırlar. Amma 13-19-cu aylardan etibarən "şəkillər"i mənalarına görə qruplaşdırmağa başlayırlar. Məsələn, "Restoranda" situasiyası ilə əlaqəli insanlar və əşyalar hansılardır?

Məktəbəqədər yaşda olan uşaqlar bu məlumatlardan ətrafı başa düşmək və ona uyğunlaşmaq üçün istifadə edirlər. Buna görə valideynlər "nə", "kim", hətta "nə üçün", "necə" sualları ilə əlaqəli məlumatları uşaqlarına müxtəlif situasiyalarda uşaqlarına izah etməlidirlər.

Aktiv işlərdə iştirak

Aktiv iştirak məkan anlayışlarının öyrənilməsini asanlaşdırır. Məsələn, uşaqdan stolun altında gizlənməyi istəyib, "alt" sözündən istifadə etdiyinizdə bu sözün əhəmiyyəti ortaya çıxır. Uşaqları məhdud sayda əşyaların olduğu bir guşədə "həbs" etmək onlarda inkişafa mane olur.

Uşaqlarınızla mümkün qədər çox vaxt keçirin, onlara "bələdçi" olun, təhlükəsiz yerlər seçin, məhsuldar ünsiyyətə üstünlük verin.

Uşaqlarla davamlı söhbət

Valideynlərin uşaqları ilə söhbəti onlarda söz bazasını genişləndirir. 12-14 aylıq uşaqlar ətrafdakı bütün əşyaların adlarını öyrənmək istəyirlər. Buna görə valideynlər bu əşyaların adlarını onlara düzgün öyrətməlidirlər. Həmçinin əşyalara toxunmaq uşaqlarda dil öyrənməyə kömək olur.

Valideynlər işlətdikləri cümlələrin konteksti ilə əlaqəli situasiyalardan istifadə etməklə uşaqların işini asanlaşdıra bilərlər. Məsələn, onlar: "Kitab gətirməyə gedirəm", – dediklərində kitaba işarə etməklə, onu götürməklə bunu uşağa əyani şəkildə başa sala bilərlər. Ana uşağına sual verdikdə, dəqiq və ətraflı şəkildə cavabını təkrarladıqda uşaqda dilə dair qaydalar inkişaf edir. Məsələn, ana soruşur: "Quş haradadır?" Uşaq deyir: "Qəfəsdə." Ana deyir: "Bəli, quş qəfəsdədir". Bununla da, o, uşağına cümlənin bütöv strukturunu öyrədir.

Müsbət və proqnozlaşdırıcı abı-havanın qorunub-saxlanması

Valideynlərin hissləri uşaqların beyninə təsir edir. Əgər ana uşaqla depressiyada ikən ünsiyyət yaradırsa, bu əhval-ruhiyyə uşağa ötürülür (Field, 1988).

Ailədəki xoş və sevinc dolu, nikbin abı-hava emosional cəhətdən normal uşaqların yetişməsinə kömək edir. Uşaqlar valideynlərin emosionallığından, müsbət əhval-ruhiyyəsindən təsirlənirlər. Yaxşı münasibət tərzinə sahib olsaq, uşaqlar asanlıqla öyrənəcək, psixoloji cəhətdən sağlam olacaqlar.

Təcrübəyə və təkrara həvəsləndirmək

Etmək və təkrarlamaq çox mühümdür. Uşağın öyrəndiyi şeylər əşya və hadisələrə aid ümumi biliklərin bir hissəsidir. Əslində uşaqlar gördükləri və ya eşitdikləri, ya da hiss etdikləri şeylərin ancaq müəyyən hissəsinə diqqət yetirirlər. Ancaq müəyyən təkrarlardan sonra uşağın diqqətini digər cəhətlərə yönəltmək

mümkündür. Uşaq beyninin ətrafda baş verənləri tam şəkildə dərk etməsi üçün müəyyən vaxt tələb olunur. Valideynlər tələsməməli, nəyisə öyrənməsi, başa düşməsi üçün uşağa təzyiq göstərməməlidirlər. Uşaqların öyrənməsi üçün valideynlər gözləməyi bacarmalıdırlar!

Bətndəki uşaq səsinizi tanıyırmı?
Tədqiqatlar göstərmişdir ki, hamiləliyin son həftələrində bətndəki uşaq bəzi şeyləri öyrənə bilir. Yaxşı olar ki, valideynlər bükülmüş boru halındakı kağızdan istifadə etməklə bətndəki uşaqla danışsınlar. Bükülü boru kağız səsin həcmini böyüdür ki, bu da uşağın valideynlərinin səsinə öyrəşməsinə səbəb olur. (Henry Billier, 1993).

Hisslər zəkaya necə üstün gəlir?

"Həqiqətən, insan kəmhövsələ yaradılmışdır.
Ona bir pislik toxunduqda özündən çıxır" (əl-Məaric, 19-20).

Əksəriyyətimiz zorakılığa zorakılıqla qarşılıq verməsə də, qəzəblənir, qeyri-rasional qorxularımıza təslim oluruq; vaxtaşırı olaraq hisslərimiz bizə hakim kəsilir. Sual yaranır: insan düşünən varlıq olsa da, nə üçün hisslərinin düşüncələrini idarə etməsinə icazə verir?

Beyin badamcığı – amiqdala (beyində badam həcmində olan hissə. Hisslərimizin fiziki mərkəzidir. Mənzillərdəki siqnalizasiya sistemi kimi işləyir) hiss orqanları vasitəsilə orqanizmə əziyyət verəcək və ya onu qorxudacaq hər hansı bir şeyin olub-olmadığını yoxlayır. Amiqdala təhlükə hiss etdiyində beyindəki hər bir nahiyəyə xəbərdarlıq siqnalı

göndərir. Bundan sonra bədən müqavimət gös-tərmək və ya qaçmaq üçün hazırlaşmağa başlayır. Qəlb döyüntüləri sürətlənir, qan təzyiqi yüksəlir, tənəffüs yavaşıyır, hətta yaddaş baş verəcək təhlükə ilə əlaqəli hər hansı bir məlumatı əldə etmək üçün sürətlə "arxiv"ləri yoxlayır.

Amiqdala emosional xatirələrin toplandığı "sandıq" rolunu oynayır. Buradakı xatirələr "diri" və "hazır" vəziyyətdədir. Çünki bu xatirələr amiqdalaya kimyəvi-neyron hüceyrələri vasitəsilə, narahatlıq və qorxunun, gərginliyin yaratdığı hormonal "iz"lərlə ötürülür. Beyində iki yaddaş sistemi vardır. Birincisi adi faktları, digəri isə emosiya yüklü hadisələri yaddaşda saxlayır. Amiqdala çox vaxt səhv xəbərdarlıq siqnalı ötürdüyündən problemlər yaranır. Bu o vaxt olur ki, baş verən hadisə əvvəlki təcrübələrə dair xatirələrlə əlaqələndiyindən amiqdala qorxu hiss edir. Halbuki əvvəllər baş vermiş hadisələrin amiqdalanı qorxudan hazırkı hadisə ilə heç bir əlaqəsi yoxdur. Məsələn, uşaqlıqda – düşüncə və dilin kifayət qədər inkişaf etmədiyi dövrdə yaşanan təcrübənin doğurduğu stress yeniyetməlik dövründə də şiddətli emosional qıcıq yaradır.

Beyin qabığı – beynin düşünən, təhlil edən hissəsi badamcığın yaratdığı impulsları ləngitmək işi ilə məşğul olur. Beyin qabığı əksər vaxtlarda bizim əks-reaksiyalarımızı tənzimləyir. Amma informasiyanı emal etmək vaxt tələb edir. Bu vəziyyət badamcığın yaratdığı ani reaksiyalara beyin qabığı baş verənləri dərk edənədək nəzarəti ələ keçirmək fürsəti qazandırır. Belə olduqda hisslər zəkanı üstələyir.

İnsanların çoxu emosional reaksiyalarda özlərinə nəzarəti hələ uşaqlıqdan öyrənir. Əgər ətrafımızda bizə qayğı göstərib kömək edən böyüklər vardırsa, onlar bizim üçün ic-

timai siqnal rolunu oynayırlar. Biz bu "siqnal"lar vasitəsilə nizam-intizamımızı gücləndirir, başqaları ilə xeyirxah keçinirik.

Vaşinqton universitetinin professoru Ceraldin Davson qeyd edir ki, emosional inkişafın baş verdiyi əsas dövr ilk 8-18-ci aylardır. Bu mərhələdə uşaqlarla yaşadıqları təcrübələr arasında möhkəm əlaqə yaranır. Koqnitiv (bilik) və emosional inkişaf həm də yeniyetməlik və sonrakı yaş dövrlərində davam edir. Zaman keçdikcə bu inkişaf yavaşıyır və zəifləyir. Bir necə ağrılı təcrübə (zorakılığa, təcavüz və laqeydliyə məruz qalma və s.) yaşamış uşaqlar gələcəkdə dağıdıcı və antisosial reaksiyalar nümayiş etdirə bilirlər.

Ana qayğısı çox mühümdür

Quran anaları uşaqlarını iki il ərzində əmizdirməyə çağırır. Koqnitiv və emosional inkişafın həlledici mərhələlərində bir ananın öz uşağına "sərmayə" yatırması gələcəkdə ona böyük "gəlir" gətirəcəkdir. Ana uşağın inkişafında

əsas rol oynayır. Odur ki işləyən analar özlərinə sual verməlidirlər: Uşağımızın həyatının ilk illərində, doğrudanmı, işləməyə ehtiyacımız var? Xoşbəxt və yaxşı uşaq tərbiyə etmək bir qədər maddi fədakarlığa dəyər. Amma işləmək ana üçün ölüm-qalım məsələsidirsə, onda ona yarım gün işləmək və ya işlərini evdə görmək imkanı yaradılmalıdır. Həmçinin ər, qohumlar, qonşular, dostlar ona bu işdə mümkün qədər dəstək verməlidirlər.

Bu o demək deyil ki, bütün ailələr sağlam psixoloji tənzimlənməyə uyğundur. Mümkündür ki, valideyn bütün günü işləsin, amma uşağını təkbaşına tərbiyə etsin və tərbiyə işi yaxşı nəticə versin. Bu kitab təsdiqləyir ki, uşağı yaxşı tərbiyə etmək vaxt tələb edir. İşləyən analar uşaqları

ilə az vaxt keçirirlər. İşləməyən analar hazırlıqlı olsalar, uşaqlarını işləyən analardan daha yaxşı tərbiyə etmək imkanına sahibdirlər. Təbii ki, ailədə kömək edən şəxslər vardırsa və ya iş yerində münasib şərait təmin edilibsə, işləyən analar da uşaqlarını yaxşı tərbiyə edə bilirlər. Elə valideynlər də vardır ki, bütün günü evdə olsalar da, laqeydlik və ya bilməməzlik ucbatından uşaqlarını düzgün tərbiyə edə bilmirlər.

Bizi olduğumuz hala nə gətirir: təbiətmi, tərbiyəmi, talemi?

Əvvəllər təbiət və tərbiyə əsas təsiredici faktor hesab edilirdi. İndiki dövrdə genlər və ətraf mühitin də təsirindən söz açılır. Yəni, təbiətinmi, tərbiyəninmi əsas amil olmağı məsələsi müzakirə edilmir. Hər ikisi vəhdətdə götürülməlidir.

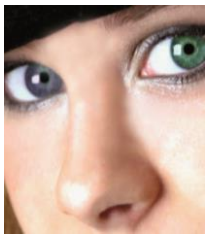
İnsanın xarakterik xüsusiyyətləri hələ spermatozoid və yumurtalıq mərhələsindən müəyyənləşməyə başlayır. Spermatozoid və yumurtalıqda kompüterdə olduğu kimi nəzarət mərkəzləri vardır: xromosomlar! Xromosomlar məlumatları ananın hüceyrələrindən uşağın hüceyrəsinə daşıyır. Hər bir spermatozoid və yumurtalıq hüceyrəsində 23 xromosom vardır. Bu hüceyrələr birləşdikdə xromosomların sayı 46 olur. Bu 46 xromosomda gen adlanan xırda informasiya daşıyıcıları yerləşir. Genlər DNT-dən iba-rətdir. Təxminən 30 min gen gözün rəngindən tutmuş ayağın həcmi və formasınadək bütün növ xüsusiyyətləri, həmçinin bütün əqli və fiziki bacarıqları müəyyən edir. Bu genlərin bəzisi təbiətcə güclüdür. Onlara dominant genlər deyilir. Bəziləri isə zəifdir, resessiv genlər adlanır.

Bəzi analar elə hesab edir ki, həm bütün günü işləyə, həm də uşaqlarını gündəlik olaraq tərbiyə edə bilərlər. Bu mümkün deyildir. Qadın ana oldumu, işindən çox uşaqlarına əhəmiyyət verməlidir. Cəmiyyət evdar xanımlığı, ana və ailəli olmağı məhdudlaşdıran bütün halları rədd etməlidir. Uşaqlı və ana olmaq alqışlanmalı, cəmiyyətdə buna təşviq işi aparılmalıdır.

Məsələn, şabalıdı gözlər dominant, mavi gözlər isə resessivdir. Şabalıdı gözləri olan kişi mavi gözlü qadınla evlənərsə, çox güman ki, uşaqların çoxunun gözləri şabalıdı olacaqdır. Çünki şabalıdı genlər mavi genlərdən güclüdür. Həmçinin mümkündür ki, məsələn, qarabuğdayı qadınların olduğu ailədə bir qızın saçı bibisində olduğu kimi qırmızı olsun (resessiv xüsusiyyət). Hər bir uşağın müfəssəl gen xəritəsində ata və ananın ailəsindən keçmə dominant və resessiv genlər toplanmışdır.

Bizi olduğumuz hala təkcə genlər gətirmir. Xarakterik xüsusiyyətlərin formalaşmasında sağlamlığa qayğı, tərbiyə və təhsil də mühüm rol oynayır. İnkişafa təsir edən bu qeyri-irsi amillər uşağın ətraf mühitini əmələ gətirir. Bu mühitin əhəmiyyəti genlərdən az deyildir. Məsələn, əgər kasıb və savadsız ailənin uşaqları yaxşı qidalanıb, yüksək səviyyəli təhsil alarlarsa, valideynlərindən daha ağıllı ola bilərlər.

Əksər əxlaqi keyfiyyət və davranışlarımızı ətraf mühitdən hasilə gətiririk. Misal üçün, bir avropalı evində böyüyən çinli uşağın düşüncə və davranışları



avropalıların kimi olacaqdır. Halbuki o, çinli gen-lərinə sahibdir. Uşaq bəzən inadkar və ya sərbəst xasiyyətlə doğulur. Aldığı pis və ya yaxşı tərbiyədən asılı olaraq, uşaq böyüyəndə ərköyün, gönüqalın da ola bilər, iradəli, böyük işlər görə bilən də ola bilər. Gözəl əxlaq, nizam-in-tizam, sevgi, şəfqət uşağın ət-raf mühitində həlledici amil-lər hesab olunur. Yetim evlərindəki uşaqlar yeməklə, fiziki tərbiyə ilə təmin edilsələr də, sevgi və diqqət görmədikləri üçün gələcəkdə sosial adaptasiya baxımından əziyyət çəkirlər.

Genlər və ətraf mühitlə yanaşı, bizi olduğumuz vəziyyətə gətirən başqa amil də vardır: ilahi iradə və Allahın bizə yazdığı tale. Etiqad olunur ki, həyatımızda bəzi şeyləri Allah bizə qabaqcadan yazır, – bu, qəza və qədər adlanır. İnsanın nəzarət edə bilmədiyi şeylər onun qəza və qədərinin bir hissəsidir. Mə-

sələn, əqli və fiziki bacarıqlar, ailə, cins, rəng, insanın həyatında baş verən bir sıra hadisələr. İrsilik, ətraf mühit və tale hər bir insanı imtahan etmək üçün mövcuddur. Hər kəs Allahın ona verdiyi azad iradə sayəsində həyatda ən yaxşını etmək yolunda müəyyən problemlərlə qarşılaşır. Axirətdə qayıdışımız Allahadır. Və Allah bizi bizə verdiyi şeyləri necə və nə uğrunda istifadə etdiyimizə görə hesaba çəkəcəkdir.

Adi xarakterik xassə, məsələn pomidorun turşuluğu bir genlə deyil, 30 gen dəsti ilə müəyyən edilir. Həmçinin bir çox gen insanda xarakterik xüsusiyyətlərin formalaşmasında iştirak edir. Hər bir genin öz təsiri vardır.

DNT dörd növ azotlu əsasdan ibarətdir: adenin, quanin, timin, sitozin. Bir insan geninin yaranması üçün milyona yaxın struktur (konstruksiya) tələb olunur. Genlər beyindəki kimyəvi prosesləri yaradır. Amma bu proseslərin müxtəlif situasiyalarda özünü necə göstərməsi ətraf mühitdən asılıdır.

Fiziki xüsusiyyətlər (gözün rəngi, boy, ayaqların həcmi, burunun, qulaqlar və barmaqların forması) genlərlə əlaqəlidir. Buna baxmayaraq, şəxsi xüsusiyyətlərimizin irsilik və ətraf mühitdən nə qədər təsirləndiyini dəqiq şəkildə müəyyən etmək çətindir. Aşağıda göstərilənlər həm irsiliyin, həm də ətraf mühitin təsirinə məruz qalır: liderlik bacarıqları, təxəyyül, cəsurluq, inadkarlıq, bədii qabiliyyətlər, aqressivlik, ünsiyyətcillik, sevgi, narahatlıq, riskə meyllik, dürüstlük, umpulsivlik, açıqlıq, mühafizəkarlıq, liberallıq, düşmənçilik, fərasət, əhval-ruhiyyə, temperament, hər şeyi bilmək həvəsi, inam, problemləri həll etmək, qərar verə bilmək bacarığı.

Biz Allahın yaratdığı nə böyük məxluqlarıq!

> *"Biz insanı ən gözəl biçimdə yaratdıq!*
> *Sonra da onu qaytarıb rəzillərin rəzili edərik!*
> *Yalnız iman gətirib yaxşı əməllər edənlərdən başqa! Onları minnətsiz mükafat gözləyir" (ət-Tin, 4-6).*

Beynin inkişafı: oğlanlar və qızlara emosional təsir

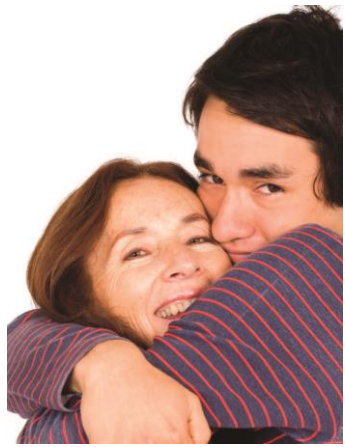
Beyin həm birinci yaşda, həm də sonrakı illərdə iki dəfə böyüyür.

Beynimiz bizi dünyaya gəldiyimizdə köməksiz buraxır, amma çox keçmir ki, bizi dünyanın ən tez uyğunlaşan canlısı halına gətirir. Biz sıfır biliklə doğulduğumuz üçün təcrübəyə açıq oluruq. Valideynlərimiz bizi bağırlarına basdığı andan baş verənlərin bizə təsiri çox böyükdür.

Oğlan və qızlara emosional təsir.

Kiçik yaşlarda emosional əlaqələr çox zəruridir. Sevgi və bağlılığın olmamağı mənfi nəticələr doğurur. Şən və istiqanlı analarla müqayi-sədə depressiyadan əziyyət çəkən anaların uşaqlarının beynində maddələr mübadiləsinin səviyyəsi aşağı olur (Field, 1988). Anaları depressiyadan əziyyət çəkən uşaq-larda əqli inkişaf normal getmir. Sevgidən məhrum uşaq-ların əksəriyyətində üç yaşından əvvəl əsəbilik və aqressivliyin əlamətləri görünməyə başlayır. Şübhə yox ki, bədbəxt uşaqlıqdan pis davranışlara meylli yeniyetmələr "məzun" olur.

Oğlan uşaqlarının daha çox toxunuşa, daha çox nəğməyə, daha çox mənəvi dəstəyə ehtiyacı vardır. Adətən valideynlər oğlanları ilə əlaqəni qızları ilə olduğundan tez kəsirlər. Məqsəd onları sərbəst həyata öyrəşdirməkdir. Kişilər, bəlkə də, bunu xatırlamırlar, amma mənəvi zərərin, heç şübhəsiz, onlara təsiri olmuşdur.

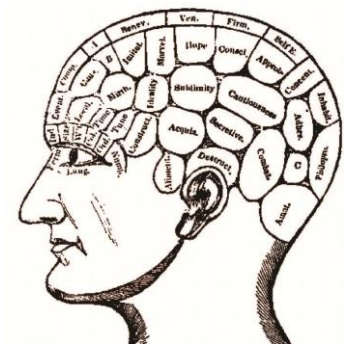


Oğlan uşaqlarının daha çox toxunuşa, daha çox nəğməyə, daha çox

Müvəffəqiyyətin əsasını beş yaşdan əvvəl qoymaq mümkündürmü?

Cəmiyyətin uğuru beynin inkişafından asılıdırmı? İnsanın skelet sistemini genlər müəyyənləşdirir. Genlər konkretdir, onlarda böyük dəyişiklik etmək mümkün olmur. İnsanın məhsuldarlığı və fəaliyyəti isə əhəmiyyətli dərəcədə ağılla əlaqəlidir. On yaşı olmamış uşağın beynində trilyonlarla neyron əlaqəsi yaranır. Bu əlaqələrin çox hissəsi ilk üç il ərzində meydana çıxır. Əgər uşaqlara erkən yaşlarından qayğı göstərilirsə, deməli, uğur qazanmaq üçün onlara imkan verilmişdir. Yox, uşaqlıq dövründə tələb olunan qayğı təmin edilməzsə, bunun yaratdığı boşluğu gələcəkdə heç nə ilə doldurmaq olmur. Üç il ərzində uşaqlara yatırılan "sərmayə" cəmiyyətə böyük "gəlir" gətirir. Doğuşdan dörd yaşınadək olan mərhələ ərzində beyində ideal neyron əlaqələri yaranır. Bəlkə də, elə buna görə Quran-Kərimdə analardan uşaqları maksimum iki il əmizdirmək tələb olunur.

Uşağın fiziki, emosional inkişafı, biliklənib tərbiyə alması anadan olduğu andan başlanır. Doğulduğu anda ata körpənin sağ və sol qulaqlarına azan oxuyur, ana ona sevgi, şəfqət və hərarətlə süd verir. İnkişaf edən uşaqda sərbəstlik şüuru formalaşır. Valideynlər bu kitabdan istifadə etməklə uşaqlarda bilik dairəsini genişləndirə bilərlər.



İbn Sina Quranı əzbərləyib bitirdikdə heç 10 yaşı yox idi. Bu ona qavrama və yaddasaxlama qabiliyyətini inkişaf etdirmək imkanı vermişdi. Bununla da, o öz potensialından maksimum dərəcədə istifadə etmişdi. Belə bir nöqteyi-nəzər mövcuddur ki, biz beynimizin ancaq 5-15 faizindən istifadə edirik (Morgan, 2007).

Tapşırıqlar

XL tapşırıq. Aylıq kitab oxumaq vərdişinin aşılanması

Valideynlər və uşaqlar birlikdə "kitab klubu" yarada, həftəlik, aylıq mütaliə cədvəli qura bilərlər. Mütaliə cədvəlində müddətin tez-tez dəyişdirilməsi tövsiyə olunur. Ailənin hər bir üzvü müəyyən kitabı oxuduqdan sonra qalanlarına ötürür, axırda, müzakirə aparılır. Yaxşı olar ki, müzakirə yüngül yeməkdən sonra aparılsın. Ailədə hər kəs kitabdan müəyyən hissəni oxumaqla müzakirəyə təqdim edə bilər. Cədvələ riayət mütaliə vərdişi yarananadək davam edə bilər. Məsələn, hər ayın cümə günü axşam saat yeddini müzakirə saatı seçə bilərsiniz.

On ikinci fəsil

Oğlanlar və qızlar: bir-birindən fərqli deyillər ki?

Giriş
Səciyyəvi fərqlər: rasionallıq və emosionallıq
Emosional əlaqə
Duyğular
Status
Mimika
Oğlanlar və qızlara dair ənənəvi stereotiplər
Qəm-qüssə
Cinsi əlaqəyə olan tələbat
Gender fərqlərindəki hikmət
Amerikalı kişi və qadınların prioritetləri
Gender fərqləri nə vaxt yaranır?
Kişiyəoxşar qadınlar və qadınaoxşar kişilər
Cins baxımından valideynin statusu
Tarazlıqmı pozulub?
Ata qayğısı haqqında uydurmalar və reallıqlar
Atasızlığın uşaqlara təsiri
Oğlan və qızların fərqli tələbatları
Balaca qızlara nə lazımdır?
Balaca oğlanlara nə lazımdır?
Gender fərqlərinə reaksiyalar
Cins və temperament: məfhumların səhv salınması
Qızlar və oğlanlar öyrənmək baxımından fərqlidirlər
Oğlan və qızların ayrı-ayrı siniflərdə oxuması
Düz yol Allahın yoludur: Çin, Almaniya və Hindistan nümunələri

Giriş

Kişilərlə qadınların arasındakı fərqləri, onların sosial rolları və bioloji ehtiyaclarını başa düşmək çox mühümdür. Bu fərqlər təkcə ər və xanımı deyil, həm də valideynlə uşaqları arasındakı əlaqələrə birbaşa təsir göstərir. Sağlam münasibətlər cinslərarası oxşarlıq və fərqliliklərin düzgün dərkinə əsaslanır. Valideynlərin bu fərqlərə dair düşüncələri onların gələcək övladları ilə münasibətlərinə təsir göstərir. Çünki düşüncə sözə, sözlər işə, işlər isə vərdişə çevrilir. Vərdişlər isə şəxsiyyəti formalaşdırır.

Müzakirəmiz hansı cinsin üstün olmağı haqqında deyil. Çünki Quran və Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* bu problemi dəqiq şəkildə həll etmişlər. Allah Təala buyurur:

> *"...(Kişilərin qadınlar) üzərində şəriətə görə hüquqları olduğu kimi, (qadınların da) onlar (kişilər) üzərində hüquqları vardır..." (əl-Bəqərə, 228).*

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Qadınlar kişilərin həmtayıdırlar" (Əhməd).

İslam nöqteyi-nəzərində qadın və kişiyə eyni və ədalətli münasibət mövcuddur. Hər birinin fərqli rolları olsa da, bir-birini tamamlayırlar.

Səciyyəvi fərqlər: rasionallıq və emosionallıq

Smelley (1995) qadınlarla kişilər arasındakı bəzi fərqləri göstərmişdir:

– Qadınların immun sistemi (xx xromosom) kişilərinkindən (xy xromosom) güclüdür.
– Kişilərdə qırmızı qan hüceyrələri qadınlarda olduğundan çoxdur. Çünki kişilərin bədənində daha çox enerji toplanmışdır.
– Kişilərin əzələləri qadınlarınkından çoxdur, kəllə sümükləri qalındır, dəriləri qabadır.

Qadın və kişilərin təxminən 80 faizi aşağıdakı kimi hərəkət edir: qadınlar baş beynin hər iki yarımkürəsindən, kişilər isə əsasən sol yarımkürəsindən istifadə edirlər. Qadınlar kişilərdən daha sayıqdırlar (diqqətlidirlər). Çünki onlar eşitmə və hiss etmədə kişilərdə olduğundan daha həssasdırlar. Belə bir təcrübə aparılmışdı: kişilər və qadınlardan tələb olunmuşdu ki, ekranda göstəriləcək yazıları görür-görməz köçürsünlər. Qadınlar gördüklərini çətinlik çəkmədən yazmağı bacarmış, kişilər isə bir-birindən soruşmuşdular: "Nə gördün? Heç bir sözü "tuta" bilmədim".
Kişilər beynin sol yarımkürəsindən istifadəyə üstünlük verirlər. Sol yarımkürə məntiq, məkanları təsəvvür bacarığı, fəth, qələbə, mühazirə oxumaq, mühasibat və mühəndislik nahiyəsidir. Qadınlar isə beynin sağ yarımkürəsindən istifadə edir. Sağ yarımkürə hisslər, emosiyalar, incəsənət, şer, sevgi, musiqi, danışıq bacarığı nahiyəsi hesab olunur. Qadınlar həm də sol yarımkürədən istifadə edə bilirlər. Qadınlar kişilərdən daha az aqressivdirlər. Kişilər mübahisəyə, lovğalanmağa daha çox meyllidirlər.
Kişilər xəritələri oxumaqda qadınlardan daha az çətinlik çəkirlər. Bir tərəfdən, onlar məkanları qiymət-ləndirmək, müxtə-lif tərəfləri ilə tə-səvvür etmək qa-biliyyətini məşq etdirirlər; digər tərəfdən, kişilərin zehni bacarıqları qadınlarınkı ilə müqayisədə daha çox konkret sahələri əhatə edir. Kişilər də beynin yarımkürələrindən istifadə baxımın-

dan öz aralarında fərqlənirlər.

Məsələn, incəsənət sahəsində işləyən kişilər sağ yarımkürədən, elm sahəsində işləyən kişilər isə sol yarımkürədən istifadə edirlər (Baron-Cohen, 2002; Gilmartin, 1984).

Grey (Gray, 2003) göstərir ki, kişilər qərarların qəbul edilməsini, qələbəni, həll yollarının tapılmasını təqdir edir, nailiyyətlərdən həzz alır, qadınlar isə hisslərini ifadə etməyi, problemlərini müzakirəyə çıxarmağı sevir, onlara qulaq asanlara minnətdarlıqla baxırlar. Buna görə onların sevilib himayə edilməyə ehtiyacı vardır.

Kişilər faktları aşkarlayıb isbatla-mağa, qadınlar isə hiss və emosiyalarını ifadə etməyə meyllidirlər. Bir eksperimentin gedişində amerikalı oğlan və qızlardan ağıla gələn ilk sözü söyləmək istənmişdi. Bütün qızlar ünsiyyətlə əlaqəli sözlər söyləmiş, oğlanların 60 faizi isə söz söyləmək əvəzinə, mənası məlum olmayan səslər çıxarmışdılar.

ABŞ-da bir kişi hər gün 12000, qadın isə 25000 və ya daha çox söz deyir. Doğulduğu vaxt qız uşaqlarında dodaq əzələləri oğlanlarınkından daha çox inkişaf etmiş vəziyyətdə olur (Eliot, 2009).

Problemlər yarandıqda kişilər həll yolu tapmağa meyl göstərirlər. Qadın ərinə şikayət etdikdə kişi həll yolu haqqında danışmağa başlayır. Qadınlara gəlincə, belə vəziyyətdə onlar problemi yaranmış şəxslərə can yandırır, sevgi bəxş edir, mənəvi dəstək verirlər.

Kişilər daha rasional və obyektiv olmağı öyrənir, qadınlar isə şəxsi və ailə münasibətlərinə daha çox əhəmiyyət verirlər. Məsələn, kişini basketbol yarışına baxdıqda oyunçuların həyatı deyil, hesab maraqlandırır. Qadın isə oyunçulardan kimisə tanıyırsa, kimin kimlə evləndiyini bilirsə, yarışa baxmağa maraq göstərəcəkdir.

Qadınlar əlaqələrə kişilərdən daha çox diqqət yetirirlər. Kişilər, bir qayda olaraq, özlərini ətraf aləmdən təcrid etməyi öyrənir, qadınlar isə tanıdıq-

ları və onları əhatə edən şəxslərlə münasibət yaratmaqla kimliklərini formalaşdırırlar. Bir qadın özünü evindən, uşaqları və məşğuliyyətindən ayırmır, hey onları düşünür. Məsələn, bir qadın qabları yumadan evdən çıxarsa, hey evə qayıdıb onları yumaq haqqında düşünür. Çünki evini özünün mühüm parçası hesab edir. Kişilər isə evə qarşı fərqli şeylər hiss edirlər. Onlar evə, daha çox, istirahət etdikləri yer gözü ilə baxırlar.

Kişilər münasibətlərində əsas məsələləri, qadınlar isə detalları (məsələn: evliliyin birinci illiyini qeyd edərkən nə geyindiyini, əri ilə nə yediklərini) xatırlamağı xoşlayırlar.

Qadınlarda yaxşı münasi-bətlər qurmağa daha çox istək vardır. Onlar şübhəli və pis münasibətləri kişilərdən tez müəyyənləşdirə bilirlər.

Tədqiqatçılar evli cütlüklərdən aşağıdakı suallara cavab verməyi xahiş etmişdilər: "0-10 ballıq cədvəldə evliliyimiz neçə bala layiq görülərdi", "Evliliyimizi yaxşılaşdırmaq və on bal əldə etmək üçün nə etmək lazımdır?"

Kişilər öz evlilik həyatını qadınlardan iki bal yuxarı qiymətləndirmiş, qadınlar isə ərləri ilə necə münasibət qurmaq istədiklərini haqqında danışmışdılar.

Kişilərdə məmnunluq duyğusu vardır. Bir kişidə bu hiss xanımı onu tərifləyib tənbeh etmədikdə yaranır. Qadınların isə daha çox emosional enerjiyə ehtiyacları vardır. Bu enerji onlara uşaqların qayğısına qalmaq üçün lazımdır.

Kişilər az dözümlüdürlər. Bir dəfə ata dörd yaşlı oğlu ilə bütün gün oturdu. Günün sonunda bu nəticəyə gəldi ki, oğlunu özünü yaxşı aparması üçün davamlı şəkildə cəzalandırmaq lazımdır. Amma analar uşaqları barədə bu cür düşünmürlər. Onlar belə situasiyalarda uşaqları ilə daha mehriban davranırlar.

Kişi xanımı ilə emosional ünsiyyət yaratmağa çətinlik çəkir. Amma qadın bunda heç bir çətinlik görmür. Bəlkə də, bu, qismən, qadın və kişinin bioloji quruluşu, qismən də tərbiyə ilə əlaqəlidir. Bir şey qətidir ki, qadınlar möhkəm münasibət və dostluq qurmada kişilərdən daha bacarıqlıdırlar.

Doktor Vorren deyir: "Yanıma yeni xəstə gəldikdə deyirəm: "Yaxın dostlarından üçünün adını de." Xəstəm

qadındırsa, adətən tez cavab verir, üçdən artıq rəfiqəsinin adını çəkir. Xəstəm kişidirsə, əksər hallarda duruxur və düşünür. Daha sonra soruşur: "Siz "yaxın dostlar" dedikdə dəqiq şəkildə nəyi nəzərdə tutursunuz?" Əksər kişilər möhkəm dostluq münasibətləri qurmağı bacarmırlar. Onlar birlikdə yarışlara baxmaqdan, heyvan ovlamaq və ya balıq tutmaqdan həzz alırlar. Amma sual yenə sual olaraq qalır: onlar yaxın dostdurlarmı?" (Wolgemuth, 1996).

Kişilərin çoxunu elə tərbiyə edirlər ki, onlar üçün xarici cazibədarlıq deyil, vəziyyətin stabilliyi əsasdır. Qadınlar isə əksinə, hər şeydən çox gözəlliyə diqqət yetirirlər. Onlar maliyyə vəziyyəti üçün narahat deyillər. Qadınlar deyirlər ki, ər tapmaq və ona ailəyə baxmaq öhdəliyi yükləmək üçün cazibədar olmalıdırlar.

Gur və digər tədqiqatçılar qeyd edirlər ki, qadın beyninin işləmə hərarəti yüksəkdir. Nəticədə beyində daha çox qan sirkulyasiya edir və beyin bir qədər çox yüklənir.

Qızlar oğlanlardan tez böyüyürlər (onlar erkən yaşda danışır, asanlıqla hərəkət edirlər). Qadın və kişilərin beyni müxtəlif formalarda inkişaf edir, amma heç kəs bunun dəqiq səbəbini bilmir. Bu fərqlər daimi deyildir, çünki yaşdan asılı olaraq, fərq azala da, çoxala da bilər. Gənc qızlar sözləri oğlanlardan tez seçməyi bacarırlar. Amma sonralar oğlanlar bu məsələdə qızları qabaqlayırlar.

Neyron təsvirlərinin tədqiqi göstərir ki, bioloji fərqlər müəyyən davranış tiplərindən xəbər verir. Kişilər daha çox fiziki davranışlara, qadınlar isə sözlü davranışlara meyl göstərirlər. Qeyd etmək lazımdır ki, insanların fiziki, yaxud hissi davranışlarına tərbiyə deyil, biologiya təsir göstərir. Lakin funksional fərqlər həm tərbiyədən, həm də biologiyadan irəli gəlir. Beyinlərimizi fərqli şəkillərdə istifadə etsək də, onlar, ümumi götürdükdə, bir-birinə oxşardır. İki beyni yan-yana qoysaq, eyni görünəcəklər və biz fərq tapa bilməyəcəyik. Cizgi fərqləri o qədər kiçik və görünməzdir ki, iki beyin ara-

sında fərq tapmaq çox çətindir.
Kişilər bəzi şeyləri fərqli şəkildə etsələr də, onlarda və qadınlarda davranışların bazası eynidir.

Emosional əlaqə

Davranışların kişi və qadın stereotipləri lətifə və karikaturaların mövzusuna çevrilmişdir. Sanki qadınlar öhdəlik tələb etmiş, kişilər yayınmış, qadınlar öz hisslərindən danışmış, kişilər isə söhbəti futbol yarışlarının nəticələrinə keçirmiş, qadınlar hisslərini rəfiqələri ilə bölüşmüş, kişilər isə bunu qeyri-münasib aşkarlıq hesab etmişlər. Bəlkə, bütün bunlar elə bizim təsəvvürlərimizdir? Əgər belədirsə, onda bu təsəvvürlər nədən yaranıb?
Birgünlük körpələrin emosional reaksiyaları məşqlə, təcrübə və sosiallaşma ilə əlaqəli deyildir. Bir eksperimentdə çağalara müxtəlif səsləri: digər uşaqların ağlamağını, vəhşi heyvanların nəriltisini, quşların cikkiltisini, kompüter vasitəsilə çıxarılan qəribə uğultuları dinlətmişlər. Onlar başqalarının emosiyalarına daha çox reaksiya vermişlər. (Cassidy, 1999). Qız uşaqları isə bəlaya tuş gəlmiş yad şəxsin səsinə daha tez reaksiya vermişlər. Bu reaksiya onlarda həyatı boyu davam edir. Hər iki cins doğulduqları ilk gündə başqalarının qəmli səsinə reaksiya verirlər, amma qızlar empatik reaksiyaya daha çox meyllidirlər. Bəlkə də, qadınlar qabaqcadan təsəvvür edirlər ki, başqalarını bədbəxt edən stimullar onları da hədəf ala bilər. Qayğıya möhtac olsalar da, qadınlar mahiyyət etibarı ilə başqalarının ehtiyaclarını daha çox düşünürlər.

Duyğular

Qadınlar incə emosiyalara sahibdirlər. Qadınlarda qoxulama hissi daha çox inkişaf edib (xüsusən, ovulyasiya zamanı),

kişilərlə müqayisədə onlar toxunmadan daha tez təsirlənirlər. Toxunma ilə kontakt qurmaq uşağın sağlam böyüməsi üçün çox zəruridir. Əgər uşaqları əllərimizdə daşısaq və mehribanlıqla oxşasaq, daha sürətlə böyüyəcəklər. Bu formada qidalandırılan çağalar tək qalan uşaqlarla müqayisədə 47 faiz tez çəki qazanırlar (Dodd, 2005).

Ananın səsi uşaqların hissləri və ehtiyaclarına uyğundur. Uşaqları səs yazısına qulaq asdırdıqdan sonra məlum olmuşdur ki, onlar yüksək tonlu qadın səsinə daha tez reaksiya verirlər. Halbuki qadınların böyüklərlə danışarkən istifadə etdikləri ton onların diqqətini o qədər çox cəlb eləmir. Bununla yanaşı, uşaq ana səsini eşitdikdə ürək döyüntüləri yavaşıyıb stabilləşir. Ananın uşağına bəxş etdiyi rahatlığı əsas (bioloji) və qazanılan formalara ayıra bilərik. Qadınlar və kişilərin emosional fərqi ana və uşağın talelərinin qovuşduğu – iki qəlb hekayəsindən başlanır.

Status

Status ideyası oğlanlarda tez meydana gəlir, qızlarda isə zəif inkişaf edir. Ümumi götürdükdə, bəzi istisnalar çıxılmaqla qızlar üçün bir nömrəli olmaq zəruri deyildir. Uşaq oyunlarının tipik tədqiqi balacaların "həkim" oyununu necə oynadıqlarını göstərmişdir. Oğlanlar hər kəsə nə etməli olduqlarını göstərmək üçün həmişə "həkim" olmaq istəyirlər; onlar bu məsələdə (kimin həkim olacağı) hey mübahisə edirlər. Qızlar isə soruşurlar ki, kim həkim olmaq istəyir. Daha sonra kimin xəstə, kimin də tibb bacısı olacağını müzakirə edirlər.

Qızlarla müqayisədə oğlanlar əsil qaliblərlə oynamağı xoşlayırlar. Həmçinin onlar oyunun gedişində yaranan mübahisələrdə özlərindən çox əmin görünürlər. Qızların oyunları oğlanlarınkından qısa olur. Oğlanlar oyunlarda çox mübahisə edirlər: kim nə edib, kimdə nə var və s. Onların oyunları mübahisələri və fikir ayrılıqları ucbatından çox vaxt başa çatmır, yarıda kəsilir. Qızlar da etiraf edirlər ki, oy-

nadıqları oyunlar mübahisələr ucbatından tez-tez yarımçıq qalır. Əgər oğlanlar fikir ayrılıqlarını asan şəkildə aradan qaldırırlarsa, qızlar konfliktlərə daha emosional formada münasibət bildirirlər. Bəziləri belə hesab edir ki, səbəb tərbiyədir. Yəni, biz mədəniyyət və adət-ənənənin təsiri ilə qızları daha emosional, oğlan uşaqlarını isə az emosional tərbiyə edirik.

Qızlar və oğlanların xarakterinin formalaşmasında rol oynayan bioloji və mədəni amilləri nə qədər fərqləndirməyə çalışsaq da, onları bir-birindən tamamilə ayırmaq mümkün deyildir. Bioloji və tərbiyə amillərinin oynadığı rolları həmhüdud dairələrə oxşatmaq mümkündür. Bu kontekstdə bioloji amillər başlanğıc nöqtə olaraq çox mühümdür. Amma necə müəy-yən edək ki, dairə haradan başlanır?

Mimika

Qadınlar üz ifadələrini kişilərdən yaxşı oxuyurlar. Onlar kişilərdən çox təbəssüm edir, kişilər isə onları çox vaxt

buna təşviq etməklə kifayətlənirlər. Çoxları güman edir ki, bunun səbəbi hər iki cins arasında nəzarət və hegemonluğa əsaslanan keçmiş münasibətlərlə əlaqəlidir. Qadınlar həm də sözlü olmayan siqnalları (jestlər, mimika və s.) kişilərdən tez "hiss" edirlər.

Müxtəlif üz ifadələrinin olduğu fotoşəkillərə baxarkən hər iki cinsin nümayəndələri kimin xoşbəxt olduğunu asanlıqla müəyyənləşdirə bilmişdilər. Bununla yanaşı, qadınlar 90 faiz əminliklə həm qadın, həm də kişilərin üz ifadələrindəki qəmginliyi müəyyən etməyi bacarmışdılar. Kişilər isə 90 faiz dəqiqliklə kişilərin üz ifadələrindəki, 70 faiz dəqiqliklə isə qadınların üz ifadələrindəki qəmginliyi fərqləndirə bilmişdilər. Qadın üzü son dərəcə qəmli görün-

məlidir ki, kişi onu sezə bilsin; incə fərqlər onun üçün sezilməz olur.

Oğlanlar və qızlara dair ənənəvi stereotiplər

Bəzi insanlar bioloji quruluşumuzun real tərəflərini düzgün başa düşmürlər. Qədim ingilis nəğməsində deyilir ki, qızlar "şəkər, şirniyyat və kökələrdən", oğlanlar isə "molyusk, ilbiz və yaşıl qurbağadan" düzəldiliblər. Bu nəğməni eşidən beşyaşlı uşaq hirslənmişdi: "Nə üçün qızlar yaxşıdır, amma oğlanlar bağ parazitləri və qurbağadandırlar?" Bəzi tədqiqatçılar hesab edirlər ki, ifrat diqqət, qayğı beyindəki cinsiyyət hormonlarının ifrazına təsir göstərir. Oğlan uşaqlarının diqqətə daha çox ehtiyacı var, çünki sevgi hiss etmək kişi hormonlarının səviyyəsini qaldırır, beyini stimullaşdırır. Qadınlar və kişilər üzərində aparılmış tədqiqatlar göstərmişdir ki, bir-birini sevən, bir-birinə mənən dəstək verən ər və arvad ağır xəstəliklərə (xərçəng, ürək-damar çatışmazlıqları) tutulsalar da, gözləniləndən çox yaşayırlar. Hətta adi evlilik mübahisələri immun sistemini zəiflədir, nəticədə qadın və kişi soyuqlama və qızdırma ilə yatağa düşə bilirlər. Ər-arvaddan biri vəfat etdikdə digərinin immun sistemi 4-14 ay ərzində bərpa olunur.

Siz nə vaxt isə özünüzə sual vermişsinizmi ki, Quranın surələri nə üçün "Mərhəmətli və Rəhimli Allahın adı ilə!" başlanır? Burada valideynlərə "Uşaqlarınıza qarşı mehriban və şəfqətli olun" mesajı yoxdur ki?!

Qəm-qüssə

Heç kəs tənhalığı, qəm-qüssəni fiziki və zehni sağlamlıq üçün faydalı hesab etmir. Qadınların dərd çəkməsi kişilərinkindən fərqlidir. Bu izah edir ki, ata və ana övladını itirdikdə nə üçün fərqli reaksiya verirlər. Ata özünü tez ələ alır, ana isə hey ağlayır.

Amma ümumiləşdirə bilmərik ki, bütün qadınlar emosiyalarını büruzə verən, kişilər isə gizlədəndir. Bir məqam da vardır ki, elm insan xarakterinin heç də bütün cəhətlərini izah edə bilmir.

Cinsi əlaqəyə olan tələbat

Bəzi qadınlardan: "Əgər ərinizlə aranızda cinsi münasibət olmazsa, özünüzü necə hiss edərsiniz?" – deyə soruşduqda çoxu belə cavab vermişdi ki, cinsi əlaqə olmadan keçinmək mümkündür; ərlərinin onları qucaqlaması və öpməsi bəsdir. Amma kişilər bildirmişdilər ki, həyat yoldaşları ilə cins əlaqədə olmamaq çətinlik yaradacaqdır (Fisher və başqaları, 2012).

Cinsi instinktlərə nəzarət baxımından qadınlar kişilərdən güclüdürlər. Onların uzun müddət cinsi əlaqədə olmamağı mümkündür. Kişilər üçün isə bu çox çətindir. Qadında cinsi istək yaratmaq üçün ona toxunmaq lazımdır. Kişilərə isə bircə söz kifayətdir ki, ereksiya baş versin. Qadınlar ehtiras hiss etmədən cinsi əlaqəyə girə bildikləri halda, kişilərdə ehtirasın yaranması lazımdır.

Orta amerikalı bir neçə dəqiqədən bir seks haqqında düşünür. Kişilər naməhrəm qadınlara baxmamalıdırlar, çünki cinsi istəyə nəzarət etmək çox çətindir. Cinsi əlaqə mühüm fəaliyyətdir, nəticədə uşaqlar meydana gəlir. Cəmiyyətin mənəvi, psixoloji və sosial cəhətdən sağlamlığı üçün cinsi əlaqənin tənzimlənməsi mühüm əhəmiyyət kəsb edir.

Gender fərqlərindəki hikmət

Qadın uşaqlarını istənilən müsibətdən həssas və emosional formada qorumaq üçün yaradılmışdır. Eyni vəziyyətə heyvanlar arasında da rast gəlinir. Məsələn ana pişik balalarını digər pişiklərdən, xüsusən ata pişikdən qoruyub gizlədir ki, onları siçan kimi yeməsinlər. Hamiləlik zamanı ananın orqanizmində xüsusi hormonlar ifraz olunur. Bu hormonlar ona uşağını dünyaya gətirərkən, yedirib qoruyarkən kömək edir.

Aybaşı, hamiləlik, doğuş və əmizdirmə zamanı qadın daha asılı vəziyyətdə olur. Buna görə onlara bu mərhələdə daha çox qayğı göstərmək lazımdır. Milyonlarla qadın aybaşı vaxtı narahatlıqdan şikayət edir. Narahatlıq bir neçə gün davam edir, gah yüngül, gah da şiddətli olur. Aybaşının simptomlarına süd vəzilərinin şişməsi, spazmalar, baş ağrıları, güclü qanaxmalar, əhvalın dəyişməsi və yorğunluq daxildir.

Kişi qadına seksuallıq baxımından o qədər meyllidir ki, ona və uşaqlarına görə cavabdehlik daşıyır. Ər səxavətli olmalı, xanımı və uşaqlarının ehtiyaclarını təmin etməlidir. Belə olarsa, ana əsas diqqətini özünə və uşaqlarına ayırır. Ər aybaşı, hamiləlik, doğuş və əmizdirmə yükü çəkmədiyindən işləmək və qazanmaq, bununla da ailənin qayğısına qalmaq imkanı əldə edir.

Kişi və qadınların təbiətindəki əlavə fərqlər islamın ailə qanunları və quruluşunu izah edir. Kişi və qadın təbiətinin müxtəlifliyi övrət (kişi və qadınların intim nahiyələri) anlayışında öz əksini tapıb. Kişilərdə övrət göbək və dizləri arasında yerləşir. Bu da öz növbəsində onlara heç bir çətinlik çəkmədən ağır fiziki işlə məşğul olmaq imkanı verir. Kişidə bədən üzvləri qadınları başdan çıxarmır, onların ona vurulmağına səbəb olmur. Amma qadınlarda əksinədir. Qadın bədəni bütünlükdə cazibədar olub, kişilər üçün arzu ediləndir. Kişilər qadın bədənini gördükdə asanlıqla ehtirasa gəlirlər. Buna görə qadının bütün bədəni üzü, əlləri və pəncələri istisna olmaqla övrət hesab olunur. Əslində, qadının öz bədənini kişilərə nümayiş etdirməsinə ehtiyac yoxdur. Üzün göstərilməsi isə tamamilə başqa şeydir. Çünki üzün müəyyən funksiyaları vardır. Məsələn, üz qadının şəxsiyyəti və kimliyini ifadə edir. İslamda müfəssəl işlənib hazırlanmış "övrət" konsepsiyası ailə institutunu qoruyur, ailə və cəmiyyəti dağıdan sərbəst qaynayıb-qarışmanın səbəb olduğu əxlaqsızlığın qarşısını alır. Ər-arvad münasibətlərində bədəni göstərməklə bağlı qadağalar mövcud deyildir. Quranda deyilir:

"Qadınlarınız sizin, siz də onların libasısınız" (əl-Bəqərə, 187).

Kişi və qadınların hüquqları bərabər, rolları isə onların psixoloji və fiziki xüsusiyyətlərinə görə müxtəlifdir. Ailə hər bir üzv üçün effektli fəaliyyət göstərən xüsusi qurumdur.

20-40 yaşlarında olan qadınlar ailənin əsasını əmələ gətirirlər; onlar şəfqətli və qayğıkeş olub, ailədə rahatlıq və əmin-amanlıq yaradırlar. Kişi, xüsusən ağır və uzun iş günündən sonra evə qayıtdıqda sakitlik tapmalı, dincəlməlidir. Bu mərhələdə qadın üçün prioritet evə yorğun qayıdan əri üçün rahat və sakit abı-hava yaratmaqdır. Amma bu o demək deyil ki, qadınlar digər işləri görə bilməzlər, ata da yorğun qayıtdığı üçün evdə sakitlik və ya əmin-amanlığı poza, hay-küy qaldıra bilər.

Bu rollar qadınların zəifliyi, kişilərin isə güclülüyü kimi qəbul edilməməlidir. Vəzifələrin müxtəlifliyi qadın və kişilərin təbiətinə uyğundur. İslam qanunları ailənin dolanışığını təmin etməyi qadına deyil, kişiyə həvalə edir. Halbuki qadın anadır, amma məsələ vəzifələrin tapşırılması və buna hazırlıq məsələsidir. Qadının işləməsinə gəlincə, bu onun qərarı olmalıdır. Onu işləməyə məcbur etmək olmaz, çünki onu və ailəni dolandırmaq ərin vəzifəsidir. Yox, qadın işləməyi seçərsə, burada səhv olan heç nə yoxdur. Əgər o, işçi və analıq vəzifələrini eyni anda yerinə yetirə bilirsə, onun işləmək hüququ vardır.

Müxtəlif inkişaf mərhələlərində cinslərarası psixoloji və fiziki fərqlər onların hüquq və vəzifələrini azaltmır. Müəyyən xüsusiyyətlər qadınlar üçün pozitiv, kişilər üçün isə

neqativ ola bilir (məsələn, zərif səs və s.).
Əgər kişi qadına şəhvətlə baxarsa, bu, qeyri-məqbul hərəkətdir. Əgər qadın kişini özünə cəzb edirsə, günaha yol verib zina edərlərsə, bunun nəticələri qadın üçün, ələlxüsus hamilə qalarsa, ağır olur. Bu təqdirdə kişi qadınla qalmalı, ona və uşaqlarına baxmalıdır. Əgər bunu etməzsə, Allahın onlara verdiyi hüquqları (dolanışığı təmin etmək və kömək göstərmək) tapdamış sayılır.

Amerikalı kişilər və qadınların prioritetləri

"Vaşinqton Post" qəzeti və Harvard universitetinin dörd min kişi və qadın arasında apardığı sorğu göstərmişdir ki, ABŞ-da əksər kişi və qadın üçün prioritet:
– müasir həyatın psixoloji və iqtisadi təzyiqləri ilə mübarizə aparmaq
– ailədaxili münasibətləri möhkəmləndirmək
– uşaqlarla effektiv ünsiyyət yaratmaqdan ibarətdir.

İndiki dövrdə, təəssüf ki, qadınlar Qərbdə, eləcə də Müsəlman ölkələrində ağır iqtisadi şəraitin qurbanına çevrilmişlər. Qərb mədəniyyətində qadınların işləməsi norma halına gətirilib; onlara seksual obyekt, ucuz əyləncə vasitəsi və gəlir mənbəyi gözü ilə baxılır. Bəzi müsəlman ölkələrində qadınlar təhsil almadıqlarından savadsız olub analıq vəzifəsini icra etməyə hazır deyillər; onların çoxu sosial hüquqlardan məhrumdur, kişilərin mütləq əsarəti altındadır, etinasız münasibətə məruz qalıb, cəmiyyətdən təcrid edilir.
Mərhum Məhəmməd Qəzali xatirələrində yazırdı: "Mən uşaq ikən kəndimizdə bir əsrdir ki, qadınlar evlərindən bayıra yalnız bazardan alış-veriş etmək üçün çıxırdılar. Tarlaya da əkmək, becərmək, sulamaq və məhsul toplamaq üçün gedirdilər. Məscidlərdə də qadınlar gözə dəymirdi".
Kədərlə etiraf etməliyik ki, bəzi ölkələrdə məscidlərdə qadınlara yer ayrılmayıb. Türkiyədə ilahiyyat ixtisası tələblərinin çoxu qızlardan ibarətdir. İstanbulda qadınların namaz qılması üçün məscidlərdə xüsusi yerlər, ya da ayrıca məscidlər mövcuddur (Murad, 2009). Biz dini biliklərə sahib olmayan analardan öz uşaqlarını yaxşı tərbiyə edəcəklərini gözləyə bilərikmi?! Onlar bu dini bilikləri, ən azından, məscidə getməklə, cümə xütbəsinə qulaq asmaqla qazana bilərlər. Dini maarifləndirmədə cümə xütbələrinin rolu böyükdür.

Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* icazə verməsinə baxmayaraq, əsrlər boyu qadınların məscidə getməyinə qadağa qoyulmuşdur.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Qadınlara məscidə getməyi qadağan etməyin!" (Müslim).

Ev işləri səbəbindən qadınlar məscidə getmək və ya evdə namaz qılmaqda sərbəstdirlər. Əlbəttə, ərin borcudur ki, kömək edib yükünü yüngülləşdirməklə xanımının məscidə getməsinə imkan yaratsın.

Biz qadınların işləməsinə etiraz etməsək də, çoxları bütün vaxtını evdə uşaqları ilə keçirən analara üstünlük verirlər. ABŞ-da belə hesab edirlər ki, qadınlar əksəriyyəti yaxşı yaşayıb pul qazanmaq üçün işləyir ("Al-Usra" jurnalı, 61-ci nömrə, 1419 hicri).

On altı yaş necə də gecdir!

Bir ərəb şairi demişdir:

Qızın Lübnayamı ağlayırsan?
Sən ki özün onu məhv etdin.
Lübna artıq getmişdir
İndi sən nə edəcəksən?

Bir çox valideyn uşaqları ilə pis davranır, onları alçaldıb danlayır, sonra da etdiklərinə görə peşmanlıq çəkirlər. Bəzən onların peşmanlığı 16 il sonraya təsadüf edə bilir.

Gender fərqləri nə vaxt yaranır?

Uşaqların çoxunda cinslərarası fərqlər doğulduqları ilk gündə meydana gəlir (Beal, 1993). Onlar 2-3 yaşında öz cinsiyyətini dərk edə bilirlər. Əgər üçyaşlı uşaq bədən üzvlərinin forması haqqında yüksək səslə mülahizə bildirirsə, deməli, o, təxminən iki ildir düşündüyü şey haqqında danışır. Qız və ya oğlan olduğunu başa düşən uşaqlar dünyanı iki düşərgəyə ayırırlar. Özünüdərk yarandıqda uşaqlar özlərinin ya oğlan, ya qız olduğunu müəyyənləşdirir, bu vəziyyətə uyğunlaşmağa çalışırlar. Üçyaşlı uşaqlar cinslərinə uyğun davranırlar. Qız uşaqları daha az aqressiv olur, qız oyunlarını, məsələn, "ev-ev" oyununu seçirlər. Oğlan uşaqları isə dəcəllik etməyə başlayır, oğlan oyuncaqlarını, məsələn: plastik yük maşınlarını, "qəhrəmanlar"ı seçirlər.

Cinsi identikliyin formalaşması yetkinlik yaşında və sonrakı mərhələdə hormonal dəyişikliklərdən, uşaqlıq dövrünün erkən xatirələrindən, anatomik fərqləri dərkdən və bu dərkə olan psixoloji reaksiyalardan irəli gəlir. Lakin gender identikliyi, hər şeydən çox, eyni cinsdən olan valideynlə pozitiv kontaktdan asılıdır. Kişiyəoxşar qızlar və qızaoxşar oğlanlara gəlincə, onlardakı bu davranışlar hormonal sistemin pozulmasından çox, valideynlərlə münasibətdəki problemlərlə əlaqədardır.

Oğlan uşağı əsil kişilik keyfiyyətlərinə sahib atasına oxşamaq istəyir, onun hərəkətlərini təkrarlayır. Uşağın gender inkişafı atasının pələng ovlamasından, konveyerdə işləməsindən, yemək hazırlamasından, uşaq əskisini dəyişməsindən asılı deyildir. Əgər ata bu kimi işlərdə bir kişi olaraq özünü rahat hiss edirsə və oğlu ilə münasibətləri yaxşıdırsa, onda oğlunun gender kimliyi düzgün formalaşacaqdır.

Bir kişi olaraq özünü müdafiəsiz hiss edən ata diqqətsizlik edə, bəzi situasiyalarda şəxsi problemlərini oğlunun yanında açıb-ağarda bilər. Bu vəziyyət əsil kişi kimliyinə ehtiyacı olan oğula mənfi təsir edəcəkdir. Həmçinin əgər ata bütün ev işlərinin qadınlara

aid olduğunu iddia edərsə, özünün kişi mövqeyini möhkəmlətmir, əksinə, öz yöndəmsizliyini evdəkilərə nümayiş etdirir. Uşaq intuitiv olaraq bunu hiss edir və atası kimi hərəkət etməyə başlayır.

Qadın olmağı arzulayan qız böyüyür, istənilən qadın rolunu uğurla icraya hazırlaşır. Əgər ana bir qadın olaraq özünü rahat hiss edirsə, bu, qızının gözündən yayınmayacaqdır. Öz rolunu yaxşı icra etməsi üçün qızın ana tərəfindən təriflənməyə və köməyə ehtiyacı vardır.

Oğlan və ya qız uşaqlarının tərbiyə edilməsi üçün xüsusi tələblər mövcud deyildir. Ailədə bir cinsin digəri üzərində üstünlüyü olmamalıdır. Üstün rollar haqqında mübahisə etməyə gərək yoxdur: uşaqlara və evə qayğı göstərmək ofisdə və zavodda işləmək, sosial həyatda iştirak etmək qədər hörmətə layiqdir. Oğlan və qız uşaqları ilə yaxşı davranmaq lazımdır. Amma rolları müxtəlif olduğu üçün fərqli üsullara əl atmaq lazım gələcəkdir. Onlar həyata atılmağı öyrənməli, öz rollarını uğurla icra etməyi bacarmalıdırlar. Oğlan uşaqlarına aq-

ressivlik və xudbinlik, qız uşaqlarına da acizlik və kişilərdən bütünlükdə asılılıq aşılamadan onlara öz rollarını öyrətmək gərəkdir. Həmçinin elə etmək lazımdır ki, qızlar çox emosional böyüməsinlər, hər dəfə arzuları reallaşmadıqca ağlamağa üz tutmasınlar. Oğlan uşaqlarını aqressivliyə təşviq etmək olmaz. Çünki çətinliklərlə qarşı-qarşıya qaldıqda zorakılığa əl ata bilərlər.

Qızlar və oğlanlar cinslərinə uyğun oyuncaqlarla təmin olunmalıdırlar. Olduqca qəşəng gəlinciklər və film "qəhrəmanlar"ı ilə yanaşı, hər iki cinsə aid ortaq oyuncaqlar, məsələn, kubik oyuncaqları da olmalıdır.

Qızların geyim və saç düzümlərinə diqqət ayırıb, oğlanlarınkına etinasız yanaşmaq doğru deyildir. Həm ana, həm də ata qızları və oğlanlarının xarici görünüşünə eyni diqqəti göstərməlidirlər. Elə paltar seçmək lazımdır ki, qız uşaqlarının oynamasına çətinlik yaratmasın. Qız uşağına qısa yubka geydirdikdən sonra valideynlərin qışqıraraq alt geyiminin göründüyünü ona irad tutmaları yersizdir. Onlar qızlarına rahat və gen uşaq tumanı geydirməlidirlər. Belə geyim imkan verir ki, qızlar da qardaşları kimi rahatlıqla oynaya bilsinlər.

Oğlan uşaqları kimi qız uşaqları da aktiv olmağı, fiziki güclərini qiymətləndirməyi öyrənməlidirlər.

Oğlan uşağına heç vaxt, hətta oyunda belə, qızlara vurmamağı öyrətmək lazımdır. Qız uşağına da öyrətmək lazımdır ki, oğlanlara onu vurmağa icazə verməsin. Əgər bu baş verərsə, qız uşaqlarına ağlamaq və ya qaçmaq əvəzinə, özlərini müdafiə etməyi öyrədin.

Kişiyəoxşar qadınlar və qadınaoxşar kişilər

> Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* kişiyəoxşar qadınlardan və qadınaoxşar kişilərdən xoşlanmadığını bildirmişdir. O, kişilərin qadına, qadınların da kişiyə oxşamasını qadağan edərək demişdi: "Allah kişiyəoxşar qadınlara və qadınaoxşar kişilərə lənət etsin!" (Buxari).

Kişi kişidir, qadın da qadın! Onlar öz hallarına görə şükür etməli, narazı qalmamalıdırlar; biri özünü digərinə oxşatmamalıdır. Oğlanları və qızları asanlıqla bir-birindən fərqləndirmək mümkündür. Lakin dövrümüzdə vəziyyət dəyişib. Unutmayaq ki, Allah qızları və oğlanları fərqli yaradıb. Bu səbəbdən onların rolları müxtəlif, amma bir-birini tamamlayandır. Müxtəlif ol-

mağımız bir nemətdir və biz bunun sayəsində bir-birimizi cəzb edirik. Cürbəcürlük həyata gözəllik bəxş edir. Səciyyəvi və cazibədar fərqləri heç saymaq yolverilməzdir.

Heç kəs cinslərarası "müharibə"də qalib gələ bilməz. Çünki "düşmənimiz"lə ortaq cəhətlərimiz çoxdur. Radikal feminist qadınlar Qərb mədəniyyətində dağıdıcı təsir malikdirlər. Bəzi feministlər iddia edir ki, qadınlar da kişilər kimi güclü və möhkəmdirlər, onların etdiklərini edə bilərlər. Elə feministlər də vardır ki, qadınların kişilərə ehtiyacının olmadığını bildirirlər. Onlara görə bir qadının kişiyə olan ehtiyacı bir balığın velosipedə olan ehtiyacı kimidir. Cəmiyyətin tələbləri nə olursa-olsun, qadın kişi olmadan keçinə bilər.

Bu iddialar hətta xristian nöqteyi-nəzəri ilə ziddiyyət təşkil edir. İsa Məsih kişiləri həm mülayim və xeyirxah olmağa, həm də liderlik üçün cəsarət və bacarıq nümayiş etdirməyə çağırırdı. İstənilən axmaq sərt ola bilər, amma əsil kişi qadınla ehtiramla davranmalıdır. Ailədə qərarları qəbul etmək kişinin vəzifəsidir, amma o, həyat yoldaşı ilə məsləhətləşməyi unutmamalıdır. Kişilər həyat yoldaşlarına ehtiram göstərməli, özlərini ədəbli aparmalıdırlar.

Allah kişini kişi, qadını da qadın olmaq üçün yaratmışdır. Odur ki qızlarla oğlan kimi davranmaq olmaz.

Quranda deyilir:

> *"Allahın birinizi digərindən üstün tutduğu şeyi arzulamayın. Kişilərin öz qazandıqlarından öz payı, qadınların da öz qazandıqlarından öz payı vardır. Allahın lütfündən istəyin! Şübhəsiz ki, Allah hər şeyi biləndir" (ən-Nisa, 32).*

Hər kəs özünə görə yeganədir

– “Hərbi düşərgəni yüz kişi, evi isə bir qadın qurar” (Çin atalar sözü).
– “Dünyada ən güclü insan kimdir?" sualına çar Femistokl gülümsəyərək belə cavab vermişdi: "Afinalılar Yunanıstanı, mən afinalıları, xanımım məni, uşağımız isə xanımımı idarə edir. Deməli, uşağımız hər kəsi idarə edir”.
– Kişi qadını, qadın da kişini tam şəkildə başa düşə bilərmi?
– Kişi doğuş ağrısına dözə bilərmi? Əsla! Böyrəyinin iki dəfə sancması kişiyə bəs edir!
– Əgər sizin öyrətmək üçün kişiləri və qadınları seçmək imkanınız olsaydı, kimi seçərdiniz? Əgər kişiyə təhsil verirsinizsə, vətəndaş, qadına təhsil verirsinizsə, millət yetişdirmiş olursunuz!

Cins baxımından valideynin statusu

İndiki dövrdə bir çox ailədə uşaqları tərbiyə etmək ananın öhdəsinə düşür. Ata isə bu işdə ona kömək edir. 2001-ci ilin məlumatına görə ABŞ-da:

– ataların 75 faizi gündəlik olaraq uşaqlara qayğı göstərmir;
– ataların 50 faizi bildirir ki, vaxt düşdükcə bu işdə analara kömək edirlər;
– analar uşaqların qayğısına atalardan çox qalırlar (analar: 32 saat, atalar: 10 saat).
(Taffel, 1994; Taffel, 2001; Davisdson, 1992).

Artıq XXI əsrdə işləmək və uşaq tərbiyə etmək cinslərə görə bölüşdürülmür. Bu işdə imkan və yaxınlıq amili mühüm rol oynayır və ümumi fəaliyyət hesab olunur. Bəzi cəmiyyətlərdə uşaq

bezi keçmişdə olduğu kimi "Atalar bunu heç vaxt etməyib! Mən nə üçün etməliyəm?!" arqumentinə görə deyil, "Kim birinci qoxunu hiss edibsə" qaydasına görə dəyişdirilir.
"Uşağa baxmaq" ifadəsi atalara şamil edilmir. Halbuki ata da uşağın qayğısına qalmalıdır. Amma kişilər uşaqlara qadınlar kimi baxa bilmirlər. Anaların işləməsi ailədə ənənəvi rolların yenidən qiymətləndirilməsi zərurətini gündəmə gətirib. Əgər ata və ana işdən qayıdıbsa, onda kim oturub qəzet oxumalı, kim də yemək hazırlamalı, uşaqları yedirməli, çimdirməli və yatızdırmalıdır? İndiki dövrdə belə problemləri vəzifələrin bölüşdürülməsi ilə həll edirlər: biri nahar hazırlayır, digəri isə uşağı çimizdirib yatızdırır.
Uşaqları nizam-intizama öyrətmək işi də əvvəlkindən fərqlənir. Artıq analar uşaqlarına əvvəllər olduğu kimi "Dayan, indi atan evə gələcək!" demirlər. Nizam-intizam işi "Kim birinci görüb?" qaydasına əsaslanır. Bununla da, ataların çiynindən ağır yük götürülmüş olur.

Tarazlıqmı pozulub?

Qadınlar uşaqların qayğısına daha çox qaldıqlarını belə əsaslandırırlar:
– qadınlar söz-söhbət yaratmaq, konfliktə girmək istəmirlər;
– aldıqları tərbiyə və bioloji təyinat səbəbindən qadınlar uşaqlara baxmağa daha çox meyllidirlər;
– cəmiyyət tərbiyə işinin məsuliyyətini hələ də qadınlara yükləyir. Odur ki onlar bu məsuliyyətdən boyun qaçırmaq istəmirlər;
– qadınların çoxu öz vəzifələrinin bölüşdürülməsinə yaxşı baxmırlar. Onlara görə, belə bir addım nəzarətin itirilməsi, uşağa sevgi və bağlılığın başqaları ilə bölüşdürülməsi deməkdir. Bəzi qadınlar ortaqlarının bu işi görmələrindən xoşlanmırlar.

Kişilər isə uşaqların qayğısına daha az qaldıqlarını aşağıdakı kimi əsaslandırırlar:

– uşağa baxası olsam, nə isə qorxulu şeyin baş verəcəyindən ehtiyatlanıram;

– uşaqların problemləri ilə bacarmıram, əsəbiləşməyə başlayıram;

– ana daha yaxşı baxa bilir. Mən heç vaxt onun kimi bacarmaram;

– əgər mən uşaqlarla çox vaxt keçirsəm, onda vaxt azlığı və təzyiqlər ucbatından işdə irəliləyiş əldə edə bilməyəcəyəm;

– məktəbə gedib valideyn iclaslarında iştirak etmək, dərsdə oturmaq məsələsində ataların vaxtı analarınkından azdır;

– bir ata olaraq oğlumun məndən götürəcəyi şeylər onsuz da kifayət qədərdir;

– cəmiyyət kişilərin qadın işlərini görməsinə yaxşı baxmır;

– bəzi analar ataların uşaq tərbiyəsində getdikcə artan rolundan narahatdırlar.

Buna baxmayaraq, bugün atalar əvvəlki dövrlə müqayisədə uşaqların qayğısına daha çox qalırlar. Göründüyü kimi, davranışlarda aşkar dəyişiklik baş vermişdir.

Ata qayğısı haqqında uydurmalar və reallıqlar

Uydurmalar	Reallıqlar
Bu işdə qadınlar daha yaxşıdır	Uşaq ana kimi atanı da sevə bilir
İlk illərdə uşaqlara ən çox anaları lazımdır. Atalar isə sonralar – uşaqlar böyüdükdə lazımlı olacaqlar	Ata da ana kimi uşağı ilə həssas davrana bilər
Atanın əsas vəzifəsi nizam-intizam yaratmaqdır	Amerikalı atalar uşaqlarla analardan fərqli şəkildə oyna-

	yırlar: onlar aktiv olub yaradıcıdırlar, oynamağa daha çox vaxt ayırırlar (40 faiz atalar, 25 faiz analar) Parke 1996, Yogman 1981
Ata ailəyə baxır, deməli, uşaqla vaxt keçirməli deyil	Atalar – qayğıkeş tərbiyəçilərdir. Ataları ilə vaxt keçirən uşaqlar standart testlərdə yaxşı nəticələr əldə etmişlər
Uşaqlar sağlam böyümək üçün analarına bağlı olmalıdırlar	Uşaqların sosiallaşmasında ata tərbiyəsinin rolu böyükdür. Tərbiyələndirmədə sevgi, səbəb-nəticə və qətiyyət üslublarından istifadə edən atalar uşaqlarda özünəinam formalaşdırırlar. Sevgi hissindən uzaq, avtoritar və cəzalandırma üsullarından istifadə edən atalar isə asılı, həyəcanlı və qorxaq uşaqlar yetişdirirlər
Uşaqlıqda atamla aramda yaxın münasibət olmamışdır, buna baxmayaraq, indi məndə hər şey qaydasındadır. Bu üzdən uşağımla yaxın münasibətə ehtiyac yoxdur. Uşaqlarla nadirən vaxt keçirdiyimə görə məni qınamayın. Atam da bu cur edirdi.	Biz öz hərəkətlərimizə görə cavabdehlik daşıyırıq. Əgər valideynlərimiz bizə yaxşı nümunə olmayıblarsa, biz yaxşı nümunələr axtarmalıyıq
Karyera qurmaq ailəmə verə biləcəyim ən yaxşı şeydir	Ailənin yaxşı vəziyyətdə olmağı karyeradan daha vacibdir

Atasızlığın uşaqlara təsiri

Araşdırmalar göstərir ki, qayğıkeş atanın olmamağı ilə uşaqlarda meydana çıxan pis davranışlar arasında əlaqə vardır:

1. narkotik və alkoqol asılılığı
2. zorakılıq hallarının artması
3. nümunə olmadan böyüyən oğlanlarda "hiperkişilik"
4. cinayətkarlıq
5. valideynlərinin boşanması, yaxud yenidən evlənmələri ilə barışmağın çətinliyi
6. başqalarının hiss və ehtiyaclarına etinasız yanaşmaq
7. dərs öyrənmə səviyyəsinin aşağı düşməsi və məktəbdən qovulma ehtimalının artması.

Oğlan və qızların fərqli tələbatları

Heç kəs dəqiq şəkildə bilmir ki, təbiət, yoxsa tərbiyə oğlan və qızlarda fərqli ehtiyacların yaranmasına səbəb olur. Valideynlər uşaqlarına öz ehtiyaclarını ödəməkdə əhəmiyyətli dərəcədə kömək olurlar. Bəzi cəmiyyətlərdə, xüsusən cəmiyyətin yoxsul hissəsində gender rolları və davranışlar ciddi qaydalarla tənzimlənir. Bu qaydaları pozanlar cəzalandırılır.
Oğlan və qız uşaqlarını rollarını icra etməyə həvəsləndirmək üçün aşağıda bəzi tövsiyələr verilmişdir (Friedman, 1998):

Balaca qızlara nə lazımdır?

Özünəinam. Qızlara tez-tez həvəsləndirici ifadələrlə (məsələn: "Sən nə qədər cəsursan! Pillə-kənləri təkbaşına çıxdın ki!") hiss etdirmək lazımdır ki, valideynləri onlardakı inkişafdan məmnundurlar. Qızlar bilməlidir ki, valideynlər onların bacarıqlı və zəkalı olmalarına inanırlar. Qızlara lider olmaq üçün imkanlar yaradılmalıdır. Məsələn, onlara oyunları və qaydalarını seçmək, oyunla bağlı müzakirələrdə iştirak etmək imkanı verilməlidir. İdarə etməyi öyrənən qız təhsil almağa, karyera qurmağa hazır olur.
Sərbəstlik. Balaca qız uşağı özünü sərişteli hiss etməlidir. Bunun üçün ona: məsələn, şirə ilə dolu fincanı özü daşımağa, saçını özü daramağa, kubiklərdən "qala" qurmağa icazə vermək lazımdır. Balaca qızlara xatırlatmaq lazımdır ki, qadınların çoxu şəxsi ehtiyaclarını ödəmək üçün işləyib pul qazanırlar. Valideynlər onlara həm işləyən, həm də ailədəki vəzifəsinin öhdəsindən gələn qadınlardan misal gətirə bilərlər.
Məkan təfəkkürü və koordinasiya. Qızlara müxtəlif oyuncaqlar, o cümlədən avtomobillər, yük maşınları, kubiklər, su tapança-

ları, toplar, daşıya və ya minə biləcəkləri oyuncaqlar vermək lazımdır.

Fiziki məşğələlər. Valideynlər qızları ilə aktiv oyunlar (qaçdı-tutdu, güləş və s.) oynaya bilərlər. Komanda idmanı növləri üçün hələ çox balaca olan qızlar qaçış, kəlləmayallaq və sürüşmə kimi oyunlarda birinci ola bilirlər. Belə oyunlarda valideynlər qızlarına kömək etməməli, əvəzinə, onları oynayarkən əyinləri və saçlarını toz-torpaqla kirlətməyə, ağaca dırmanarkən, çəmənlikdə oynayarkən tərləməyə həvəsləndirməlidirlər. Valideynlər elə etməlidirlər ki, qızları "tfu, iyrəncdir" hissindən xilas olsunlar. Qoy onlar açıq havada palçıqla oynasınlar.

Qərar qəbul etmək bacarığı. Valideynlər qızlarına seçim etmək və öz qərarlarına görə məsuliyyət daşımaq imkanı verməlidirlər. Qız uşağı gəzməyə başladıqda ona istifadə etmək istədiyi stəkan və ya boşqabı götürməyə, oynamaq üçün "rəfiqə" seçməsinə icazə vermək lazımdır.

Hər şeyi bilmək həvəsi. Öz ətrafını öyrənmək üçün qız uşaqlarına bütün imkanlar yaradılmalıdır. Qızlar südəmər və balaca ikən elə etmək lazımdır ki, onların hərəkət etmələri üçün mənzil təhlükəsiz olsun. Valideynlər öz qızlarını kitabxanaya, parka, zooparka, iri mağazalara, məscidlərə "səyahət"ə apara bilərlər. Həmçinin valideynlər məktəbdən xahiş edə bilərlər ki, fermalara, fabriklərə, emalatxanalara, bağlara, məhkəmələrə və tərbiyəvi əhəmiyyəti olan digər yerlərə gəzintilər təşkil edilsin.

Daxili bacarıqlar. Valideynlər xarici görünüşdən çox nailiyyətlərə diqqət yetirməlidirlər. Yaxşı olardı ki, qız uşaqları ilə filan paltarda gözəl görünməsi haqqında deyil, edə biləcəkləri şeylər barəsində daha çox danışılsın. Məsələn, ona: "Bu gün çox gözəl görünürsən" – demək əvəzinə, "Çox çətin işin öhdəsindən gəldin, afərin!" – demək mümkündür.

Tənqidi təhlil qabiliyyəti. Əgər uşaqlar televizora və ya filmlərə baxırlarsa, valideynlər onlara baxdıqlarını tənqid edə bilmək bacarığı aşılamalıdırlar. Birlikdə müzakirə aparmaq da olar. Məsələn, onlara bədən obrazları haqqında danışın, qızların televizorda necə göstərildiyini müzakirə edin: Kök qızlar se-

vilən obraz olaraq göstərilirmi? Komik personajlar necə göstərilir? Gözəl bədən quruluşlu qızlar nə üçün ancaq seks-simvol olaraq göstərilir? Media seksual, yoxsa ağıllı qızlara üstünlük verir və s.

Riyaziyyat və elmə həvəs. Qızların riyaziyyatı, elm və texnologiyanı öyrənmələrinə şərait yaradılmalıdır. Qızlar dünyanı öyrənməyi çox istəyirlər, amma çox vaxt onlara lazımi imkanlar yaradılmır.

Nümunə olun. Analar, xalalar və qohum xanımlar həm özlərinə, həm də başqalarına hörmət etmədə balaca qızlara nümunə olmalıdırlar. Ehtirama əsaslanan münasibətlər ənənəvi stereotipləri qırıb atmaqda, qızlara "şəkər, şirin və digər gözəl şeylər"dən daha yaxşı ola bilməkdə kömək edə bilər.

Balaca oğlanlara nə lazımdır?

Kişi nümunəsi. Kişilər şəxsi və iş həyatlarında tez-tez cins amilini ön planda tutur, identiklik, bərabərlik və seksuallıq problemləri ilə mübarizə aparırlar. Uşaqlarını tərk edib gedən atalar əsrində əgər oğlan uşaqlarının nümunə götürəcəyi kişilər yoxdursa, onda onlar populist mədəniyyətdən (məsələn, televizor və s.) kişiliyin dörd şeydən ibarət olduğunu öyrənəcəklər: seks, zorakılıq, idman və maddi rifah. Tərbiyəçi olaraq valideynlərin vəzifəsi qadın, kişi və oğlan münasibətləri haqqında fikirləri dəyişməkdir. Kişilər ənənə baxımından qadınlarla əlaqədar məsələləri təcrübədən keçirməlidirlər: hissləri bölüşmək, mənəvi dəstək vermək və danışıq mədəniyyətini təkmilləşdirmək. Əgər oğlan gəlib atasına başqalarının onu incitdiyini deyirsə, ata bu söhbətin ana və qızı arasında getdiyini təsəvvürünə gətirməli, situasiyanı cari dialoqa daşımalıdır.

Fiziki mehribanlıq. Balaca qızlar kimi azyaşlı oğlanların da şəfqət və mehribanlığa ehtiyacı vardır. Bu səbəbdən valideynlər balacalarını ağladıqlarında sakitləşdirməlidirlər. Onlarla vaxt keçirməli, oynamalı, qayğı göstərməlidirlər.

Verbal bacarıqlar. Valideynlər kiçik yaşlarında öz oğlan uşaqları ilə tez-tez danışmalıdırlar. Onların səsi körpəyə sakitlik verir, onda dil bacarığını inkişaf etdirir.

Başqalarını düşünmək. Valideynlər oğlanlarına izah etməlidirlər ki, onların bəzi davranışları başqalarının əhvalını korlaya bilər. Özünü yaxşı aparmayan qız uşağına başqalarına mane olduğunu bildirir, oğlanı isə adətən cəzalandırırlar.

Oğlan uşaqları cəzalandırıldıqda cəzanın ağrı-acısını yadda saxlayır, amma onların pis davranışlarının valideynləri və ya oyun yoldaşlarına təsir etməsi haqqında düşünmürlər.

Konfliktlərin dinc yolla həll edilməsi bacarığı. Oğlan uşaqlarına konfliktlərin aradan qaldırılmasının konstruktiv yolları öyrədilməlidir. Bir çox balacanın etdiyi kimi onlar da dalaşırsa, valideynlər onlara dalaşmanın qəbuledilməz olduğunu başa salmalı, qəzəbi ifadə etmənin digər yollarını öyrətməlidirlər.

Öz hərəkətlərinə görə məsuliyyət daşımaq. İkili standartlardan qaçmaq lazımdır. Əgər valideynlər hər hansı bir hərəkəti qızları üçün yolverilməz hesab edirlərsə, eyni standartı həm də oğlanları üçün tətbiq etməlidirlər. Bəraət qazandırmaq üçün "oğlandır da!" demək doğru deyildir.

Emosiyaları ifadə. Oğlanları təşviq etmək lazımdır ki, hisslərini ifadə etsinlər, gizlətməsinlər. Ağlamaq da buraya daxildir. Əgər oğlanlara öyrədilsə ki, kişi olduqları üçün kədər (qəm-qüssə) duyğusunu üzə vurmaq olmaz, onda onlar böyüdüklərində bu hissi boğmağa başlayacaqlar.

Gender fərqlərinə reaksiyalar

Valideynlər uşaqlara cinslərarası fərqləri təbii qəbul etməkdə kömək edə bilərlər.

– Onlar qızlarının cinslərarası fərqlərlə əlaqədar müşahidələri və qənaətlərinə düzgün reaksiya verməlidirlər.

– Valideynlər öyrətmək istədikləri davranışda uşaqlara nümunə olmalıdırlar. Məsələn, bilməlidirlər ki, ananın necə odun yardığı, maşın sürdüyü, atanın isə evi süpürüb, yemək bişirdiyi oğlan uşağının nəzərindən qaçmır. Bir çox ölkələrdə ağır işlərin böyük hissəsini qadınlar görür (su daşımaq və s.).

– Valideynlər hər iki cinsin oynaya biləcəkləri oyun və oyuncaqlar seçməlidirlər. Balacalar həmyaşıdlarının oyun davranışlarından çox şey öyrənirlər. Odur ki valideynlər başqa valideynlərlə əlaqədə olmalıdırlar.

Cins və temperament: məfhumların səhv salınması

Valideynlərin əksəriyyəti psixoloqlarla razılaşır ki, müəyyən gender modelinə ifrat dərəcədə diqqət vermək olmaz. Həm oğlan, həm də qız uşaqları qətiyyətli və mülayim, intuitiv və analitik olmalıdırlar. Buna baxmayaraq, uşaq özünü aid olduğu cinsin nümayəndəsi kimi aparmadıqda bir çox valideyn narahat olur. Məsələn, oğlu gəlincik istədikdə atanı narahatlıq bürüyür, don geyinmək istəməyən qızına görə ana narahat olur (Kessler və McKenna, 1978).

Hər insan özünəməxsus temperamentlə dünyaya gəlir. Temperament ətrafda baş verənlərə münasibətin müəyyən formasıdır. Temperament həm də, müəyyən mənada,

xoşumuza gələn və gəlməyən şeylərlə əlaqəlidir. Bəzi uşaqlar intuitiv olaraq hissiyyatlı olub, başqalarına maraq göstərirlər, asanlıqla göz ünsiyyətinə girir, təbəssümə təbəssümlə qarşılıq verirlər. Elə uşaqlar da vardır ki, daha çox vizual əşyalar və səslərlə maraqlanır, məsələn, gözlərini divardan asılmış musiqi alətindən çəkmirlər.

Valideynlər müəyyən davranış tərzini uşağa zorla qəbul etdirdikdə problem yaranır. Məsələn, ata dırnaqlarını qırmızı ilə boyayan oğluna: "Özünü qızmı hesab edirsən?" – deyərsə, oğlan səhvən bu nəticəyə gələcəkdir ki, qızların etdiyini etmək istəyirsə, gərək qız olsun. Həmçinin onu da düşünə bilər ki, kaş qız doğula idi. Bu ideyanı onun beyninə, əslində, valideynləri bilmədən salıblar[1].

Digər tərəfdən, qızların çoxunun oyun zamanı səs-küy salmaqdan xoşları gəlir. Qız uşağı fiziki aktivlik göstərib, kobud (sərt) oyunları sevdikdə valideynləri onu "qeyri-qız" hesab edirlər. Halbuki buna səbəb onun temperamentidir. Belə temperament qızdan ətraf mühitlə sıx ünsiyyət yaratmağı tələb edir.

Temperament və hər bir cinsə xas rolların səhv salınması oğlanlarda daha çox problemə səbəb olur. Oğlan oyunlarında iştirak edən qızlarla müqayisədə qız oyunlarında iştirak edən oğlanlar daha çox məzəmmət və danlağa məruz qalırlar. "Arvad" ifadəsi "kişi kimi qız" ifadəsindən çox işlənir. Məsələ burasındadır ki, "kişilik (mərdlik)" anlayışı cəmiyyətdə "qadınlıq" anlayışından daha çox "nüfuz"a malikdir. Kişilərin "aşağı" status qazanmaları ayıb sayılır.

[1] Yuxarıdakı misalın qeyri-real və müəllifin subyektiv təxəyyülünün məhsulu olmağı göz qarşısındadır. Çünki oğlan uşağının dırnaqlarını boyaması davranış tərzi olmayıb adi hərəkətdir. Bununla yanaşı, oğlan kimi tərbiyə edilən uşağın məlum situasiyada yuxarıdakı şəkildə düşünməsi qeyri-mümkündür. Cinsə uyğun düşməyən, oğlanlıq və qızlıq xüsusiyyətlərini zədələyəcək istənilən hərəkət və sözlərlə valideynlər münasib formada mübarizə aparmalıdırlar – ***tərcüməçinin qeydi.***

Valideynlər aşağıdakıları bilməlidirlər:

– Əgər oynayan uşağın davranışlarında aqressivlik və sərtlik varsa, narahat olmağa dəyər. Uşağın (oğlan və ya qızın) "Barbi" gəlinciyi ilə oynamaq, yaxud qadın paltarı geyinmək istəməyi bir şeydir, bunu hey etməyi və ya bundan başqa heç nə etmək istəməməyi isə tam başqa şey. Deməli, problem mövcuddur.

– Çox nadir hallarda olduqca qəmgin uşaqlar bədənlərinin, xüsusən cinsiyyət üzvlərinin fərqli olmasını istəyir və bunu dilə gətirirlər. Əgər uşaq bədənini şikəst etməyə cəhd göstərərsə və ya bu barədə danışarsa, valideynlər narahat olmalı, mütəxəssisə müraciət etməlidirlər.

– Valideynlər uşağın temperamentliliyinə xəstəlik kimi baxmamalıdırlar. Əgər uşaq qəmlidirsə, xoşbəxt görünmürsə, narahat və həyəcanlıdırsa, onu uşaq depressiyası və əsəbiliyi üzrə ixtisaslaşmış psixoloqa aparmaq lazımdır.

– Uyuşdurucu ilə müalicə təhlükəlidir. Uşağa dərman verməyə dəyməz. Yaxşı olar ki, onunla söhbət edilsin.

– Kimisə danlamağa dəyməz. Uşaqlardakı qeyri-adi davranışları valideynlərin bu və ya digər hərəkəti ilə əlaqələndirmək yaxşı olmazdı.

Valideynlər oğlan və qızlarını sevməlidirlər. Valideynləri ilə güclü və səmərəli əlaqələri olan uşaqlar sağlam böyüyür, həyatda uğur qazanırlar. Həmçinin valideynlər övladlarının qayğıkeş, məhsuldar, sağlam və xoşbəxt olmaqlarını istədikdə bunun uşaqların sağlam böyüməsinə təsiri vardır.

Qızlar və oğlanlar öyrənmək baxımından fərqlidirlər

"Məktəb yaşından başlayaraq oğlanlar və qızlar informasiyanı fərqli səviyyələrdə mənimsəyirlər. Bunun müxtəlif səbəbləri vardır. Təbii ki, bu, müvəffəqiyyət dərəcəsinə də təsir göstərir" (Gurian 2001). Balaca oğlanlar ən çox obyekt və əşyalara, qız uşaqları isə insanlara və münasibətlərə maraq göstərirlər. İbtidai məktəbdə oğlanlar xəritədə Fransanı asanlıqla tapdıqları halda, qızlar fransız dilini asan öyrənirlər. Həmçinin oğlanlar cavablar içərisindən düzgün cavabı seçib göstərməyi, qızlar isə suallara diqqətlə qulaq asıb cavab yazmağı bacarırlar. Təəssüf ki, hələ də oğlanlara və qızlara eyni üsulla dərs deyirik. Bu da öz növbəsində doğru olmayan davranışlara, səhvlərə aparıb çıxarır.

Oğlanlarla qızların fərqini etiraf etsək, bir çox pis oxuyan şagirdin təhsil səviyyəsi yaxşılaşacaqdır. Bu məqsədlə maariflənməli, bunun yollarını öyrənməliyik. Təhsildə geridə qalan şagirdləri əlaçılara çevirmək üçün Maykl Qurian tərəfindən müvəffəqiyyətli strategiyalar işlənib hazırlanmışdır. Onun strategiyaları istənilən sinfə uyğundur. Çünki bu strategiyalar oğlanlar və qızların güclü tərəflərinə diqqət yetirir, zəif cəhətlərinin isə aradan qaldırılmasına kömək edir.

Qızlar üçün: Valideynlər onlarda liderlik qabiliyyətini inkişaf etdirməli, onları aktiv oyunlarda iştiraka həvəsləndirməli, yazı bacarıqlarından istifadə etməli, onlara kompüterdən istifadə etməyi öyrətməli, onlarda riyaziyyat və bilik yarışlarında iştirak istəyi yaratmalıdırlar.

Oğlanlar üçün: Valideynlər oğlanları öz enerjilərini səliqəsahman yaratmaq, ev işlərinə kömək etmək, evdə əşyaların yerini dəyişdirmək üçün sərf etməyə həvəsləndirməli, onlara qəzəb, kədər və xoşbəxtlik kimi hissləri dərk etmələrinə kömək etməlidirlər. Təxəyyül və danışıq qabiliyyətləri inkişaf etsin deyə onlara hekayə və əfsanələr danışmalı, fiziki hərəkətlərlə (güləşdən tutmuş akrobatikaya-

dək) məşğul olmalarına icazə verməli, savad öyrətməlidirlər. Valideynlər övladlarının konfliktlərin həllində, cəmiyyətə xidmət edən treninqlərdə iştirak etmələrinə imkan yaratmalıdırlar.

Qızlar və oğlanların ayrılıqda təhsil almağı məsələsi hələ də müzakirə obyektidir. Oğlanlar və qızlar müxtəlif səviyyələrdə öyrənirlərsə, eyni sinif daxilində müxtəlif metodlardan istifadə zərurəti yaranırsa, onda nə üçün səmərəli təhsil üçün dərs otaqlarını ayırmayaq? Biz eyni dərs otağında iki müxtəlif strategiyanı necə tətbiq edə bilərik? Bunu etmək mümkündürmü? Əgər mümkündürsə, yaxşı nəticə əldə etmək üçün nə qədər vaxt və pul tələb olunur?

Mişel Qilbert (2007) sinif otaqlarını ayırmağı təklif edir. Onun internetdə yerləşdirilmiş fikirləri aşağıda xülasə ilə göstərilmişdir:

> ABŞ-da oğlanlar təhsildə qızlardan geri qalırlar. Həmçinin onların çoxu orta məktəbi bitirə bilmir. Kolleclərə qəbul olunan oğlanlar qızlardan sayca 2-3 dəfə azdır. Keçən əsrin 60-cı illərində pedaqoqlar qərara gəlmişdilər ki, kiçik yaşlarında oğlanlar və qızlar eyni sinif otaqlarında oxusunlar. Onlar ehtiyatlanırdılar ki, qızlarla oğlanların ayrı-ayrı siniflərdə oxuması onların bərabərsizliyi ideyasını formalaşdırsın. Həmçinin onlar bunu hər iki cinsə aid stereotipləri qırıb atmaq məqsədilə etmək istəyirdilər. 1965-ci ildə ABŞ-da ümumtəhsil məktəblərinin çoxunda qızlar və oğlanlar üçün ayrı-ayrı siniflər vardı. 2000-ci ildə bu hala nadirən rast gəlmək mümkün idi.
>
> Qarışıq siniflər cins amilini nəzərə almayan dərslər, tədris proqramı, testlər və davranış normaları tələb edir. Nəticə etibarı ilə, məktəblərimizdə balanslaşdırılmış gender dünyagörüşünü formalaşdırmaq məqsədilə "oxşardır" "eynidir" ilə əvəzlənmişdir. Lakin problem budur ki, oğlanlar və qızlar eyni deyillər. Onlar eyni cür və eyni vaxtda böyümürlər. Valideynlərin ək-səriyyəti bilir ki, oğlan uşaqları hər şeydə, o cümlədən söz ehtiyatı, gözəl yaza bilmək, hətta sakit oturmaq baxımından gec inkişaf edirlər.

ABŞ-da oğlan uşağı məktəbə getdiyində qarşısında müəllimlərdən direktoradək ancaq qadınların rəhbərlik etdiyi bir dünya canlanır. ABŞ-da ümumtəhsil məktəblərində kişi müəllimlərin sayı son qırx ilin ən aşağı göstəricisinə sahibdir. Bu məktəblərdə qızlar oğlanlardan sürətli oxuyur, emosiyalarını nəzarətdə saxlayır, birgə təhsilin müasir standartlarına tez uyğunlaşır, hisslərini düzgün ifadə edirlər. Oğlan şagirdlər isə vizual qavrama üsuluna üstünlük verirlər. Onlarda aşağı siniflərin qızlarında olduğu kimi motorika inkişaf etməmişdir. Amma oğlanların bacarmadığı fiziki işlər, yarış və vəziyyətlər azdır. Oğlanlar öz hisslərini gizlətmək üçün hər şeyi etməyə hazırdırlar.

Oğlanlar üçün sinifdə diqqətlə qulaq asmaq çətindir. Onlar çox vaxt təlimatlara etinasız yanaşır, "kafi" qiymətlə kifayətlənir, inkişafda qızlardan 3-4 dəfə geri qalır, təhsildə çətinliklərlə qızlardan iki dəfə çox qarşılaşırlar. Çoxlarını fiziki aktivliyə görə cəzalandırırlar. Onlara hətta tənəffüsdə qaçmağa icazə verilmir. Başlanğıcda oğlanlar dərslərin çoxluğundan çətinliklərlə qarşılaşır, informasiya bolluğunu qəbul edə bilmir, bununla da, məktəbə nifrət etməyə başlayırlar.

İbtidai məktəblərdə oğlanlar qızlardan 50 faiz çox kəsilir, ikinci ilə qalırlar. Yuxarı siniflərdə oğlanların məktəbdən çıxma halları qızlarda olduğundan üç dəfə çoxdur. Azlıqların və ya aztəminatlı ailələrin oğlan uşaqları daha çox əziyyət çəkirlər. Amerika təhsil sistemi hazırlıqlı olmayan, təhsili davam etdirmək istəməyən oğlanlardan ibarət "legionlar" yetişdirir. Bu vəziyyət həm kişilər, həm qadınlar, həm də ölkənin iqtisadi gələcəyi üçün yaxşı heç nə vəd etmir.

Marqaret Mid və digər antropoloqlar göstərmişlər ki, bütün inkişaf etmiş mədəniyyətlərdə oğlan və qızlara ayrı-ayrılıqda təlim-təhsil verilmişdir.

ABŞ-dakı 90000 ümumtəhsil məktəbinin ancaq 250-də qızlar və oğlanlar ayrı-ayrı siniflərdə təhsil alırlar. Ayrı təhsil dini və özəl məktəblərdə çoxdan mövcuddur.

Birgə təhsilin olmadığı məktəblər çox inkişaf etmişdir.

Məsələn, Floridada ibtidai məktəblərin ilk dörd sinfində birgə təhsil verilmir. Bu siniflərin həm qız, həm də oğlan şagirdləri yazılı testlərdən əla nəticələr əldə etmişlər. ABŞ, Kanada və İrlandiyada aparılmış eksperimentlər göstərmişdir ki, ayrı-ayrı siniflərdə təhsil alan qızlar və oğlanlar sosial təzyiqlərə məruz qalmadıqları üçün əla nəticələr əldə etmişlər. Belə məktəblərdə nizam-intizamla əlaqəli problemlər müşahidə olunmur.

Qızlar və oğlanlar üçün ayrılıqda təhsil almağın doğurduğu müsbət nəticələrdən biri də budur ki, şagirdlər oxudan, xarici dillərdən yüksək qiymət alır, ev tapşırıqlarına çox vaxt ayırır, oxumağa daha çox can atırlar.

Dövlət Təlim-tərbiyə Şuralarının Milli Assosiasiyasının 2002-ci il hesabatında qeyd olunur ki, birgə təhsilin olmadığı məktəblərin səmərəliliyi qızlar və milli azlıqların hər iki cinsdən olan şagirdləri arasında hiss olunur.

Oğlan və qızların ayrı-ayrı siniflərdə oxuması

Corciya ştatının Qrin əyalətinin rəhbərliyi planlaşdırmışdı ki, ABŞ-da birgə təhsilin olmadığı ilk əyalət adını qazansın. Bu qərara ona görə gəlinmişdi ki, son illərdə şagirdlər imtahanlardan aşağı qiymət alırlar, məktəbdən qovulma, qız şagirdlərin hamilə qalma halları artmışdır. Amma valideynlərin əksəriy-yəti etiraz edib, müzakirə-lərdə iştirak etmədiyindən bu plan həyata keçməmişdi.

Məktəb direktoru Mak Kallou deyir ki, oğlanlar və qızlar təhsildə bir-birindən fərq-lənirlər. Onların ayrı-ayrı siniflərdə oxuması müəllimləri hər cinsin xüsusiyyətlərinə uyğun formada dərs deməyə sövq edir. Bununla da, oğlanlar qızların diqqətini çəkmək üçün özlərini pis aparmayacaq, qızlar da oğlanların qarşısında ağıllı görünməkdən əl çəkəcəklər (Indiana Times, 2008).

Birgə olmayan təhsil hər cinsin güclü tərəfləri və ehtiyaclarına müvafiq düşən dərslərin keçirilməsini zəruri edir.

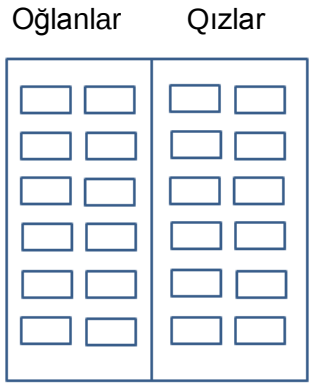
Ayrı-ayrı siniflərdə oxuyan qızlar və oğlanlar, dərs proqramı düzgün tərtib edilərsə, daha çox uğur qazanacaqlar.

Saks (2006) qeyd edir ki, biz bir millət olaraq gender fərqlərini başa düşmür, siyasi nəzakət səbəbi ilə bu fərqlərin ümumiyyətlə olmadığını deyirik. Nəticədə məktəblər şagirdlərə öz potensiallarını üzə çıxarmağa kömək etmir. Biz qızları kompüter biliklərindən, oğlanları isə dilləri və incəsənəti öyrənməkdən uzaqlaşdırırıq. Qurian (2001) göstərir ki, oğlanlar səsləri qızlar kimi dərk etmirlər. Qızlar işıqlandırılmaya qarşı daha həssasdırlar. Oğlanlar hərəkətdə ikən narahat, qızlar isə daha çalışqan və diqqətcildirlər. Bu fərqlərlə ayaqlaşmaq üçün müxtəlif tədris üsullarından istifadə edilməlidir (Chandler and Glod, 2008).

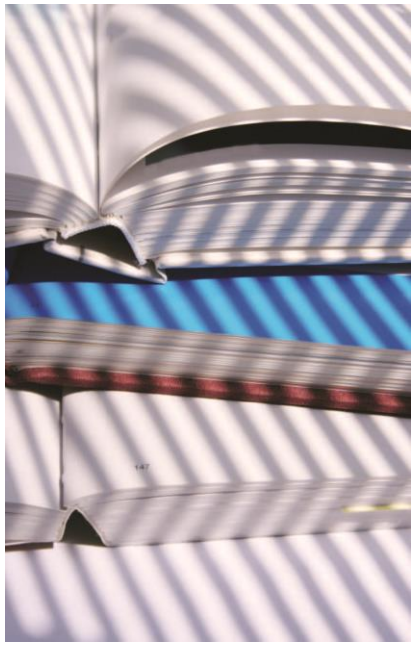
Aşağıda Malayziya Beynəlxalq İslam Universitetində uğurla sınaqdan keçmiş, ibtidai, orta və ali məktəblərə aid tədris sistemi göstərilmişdir:

1. Uşaq bağçasından 3-cü sinfədək: oğlan və qızlar bir yerdə oxuyur, dərsləri qadın müəllimələr deyir.

2. 4-cü sinifdən 6-cı sinfədək: oğlanlar və qızlar eyni məktəbdə ayrı-ayrı siniflərdə dərs alırlar. Qızlarla oğlanların qaynayıb-qarışmağına, birlikdə oynamalarına tənəffüs və məşğələlərdə icazə verilir. Bununla yanaşı, bu yaş dövründə qızlar və oğlanlar eyni siniflərdə, amma ayrı-ayrı cərgələrdə oturmaq şərti ilə oxuya bilərlər. 4-6-cı sinif şagirdlərinin oturma qaydasını aşağıdakı kimi təklif edirik:



3. 7-9-cu siniflər: sinif otaqları ayrıdır, oğlanlara kişi, qızlara da qadın müəllimələr dərs deyir. 13-14 yaşları dövrü həssas yeniyetməlik, təcrübə və öyrənmək dövrüdür. Cinsi münasibətin ciddiliyini dərk edənədək onları eyni sinifdə toplamaq təhlükəlidir.



4. 9-12-ci siniflər: məktəblər ayrı olmalı, hər cinsə öz cinsindən olan müəllimlər dərs deməlidir.

5. Universitet təhsili: qızlar və oğlanlar eyni otaqda, amma ayrı-ayrı cərgələrdə otururlar. Bu yaş dövründə yeniyetmələr özlərini daha məsuliyyətli aparırlar. Əgər valideynləri və məktəb lazımi köməyi göstərərsə, onlar gələcək həyat yoldaşlarını düzgün müəyyənləşdirə bilirlər. Gələcəyin valideyni fənninin bütün tələbələrə tədris olunduğu Beynəlxalq İslam Universitetində bu yaxşı alınır.

Tərbiyə və cinslər: islam nə deyir?

İslam meydana gələnədək ərəb cəmiyyətində kişilərin mütləq hökmranlığı mövcud idi. Qız dünyaya gətirmək ayıb və rəzil iş sayılırdı.

> *"Onlardan birinə qızı olması ilə müjdə verdikdə qəzəblənib üzü qapqara qaralar" (ən-Nəhl, 58).*

İslam belə zehniyyətə qarşı çıxaraq bildirirdi ki, övladı verən Allahdır; uşaqların qız və ya oğlan olmağı mühüm deyildir. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qızlarını düzgün tərbiyə edən valideynləri müjdələmişdir:

"Üç qızı və ya bacısı, yaxud iki qızı və ya bacısı olan, onlarla yaxşı keçinən, onlara görə Allahdan qorxan kimsə cənnətə layiqdir" (Buxari və Müslim).

> *"Ey insanlar! Biz sizi bir kişi və bir qadından yaratdıq. Sonra bir-birinizi tanıyasınız deyə, sizi xalqlara və qəbilələrə ayırdıq.*

Allah yanında ən hörmətli olanınız Allahdan ən çox qorxanınızdır (pis əməllərdən ən çox çəkinəninizdir). Həqiqətən, Allah biləndir, xəbərdardır" (əl-Hücurat, 13).

Bütün insanlar bir kişi (Adəm) və bir qadından (Həvvadan) törəmişlər. Hər bir cinsin roluna gəlincə, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* əbədiyaşar qaydalar qoymuş, kişilərin hökmran olduğu ərəb cəmiyyətində konkret addımlar atmışdır:
"Ən yaxşınız ailəsi ilə yaxşı davranandır. Sizin aranızda ailəsi ilə ən yaxşı keçinəni isə mənəm" (Tirmizi və İbn Macə).
Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* evdə ailəsinə kömək edərdi:
Həzrəti Aişə və Ümmi-Sələmə rəvayət edirlər ki, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* özü paltarını tikər, səndəlini yamayar, hər bir kişinin evdə etdiyini edərdi (Əhməd).
Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* görüləcək işləri "qadınlara aid" və "kişilərə aid" kimi qruplaşdırmamışdı. Amma söhbət anaların bioloji rolundan, hamiləlik və əmizdirmədən gedirsə, Quran atalar üçün vəzifələr təsis etmişdir: ana və uşağa maddi və mənəvi sarıdan dəstək vermək. Bununla yanaşı, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* anaların ehtiramını uca tutmuşdur:

"Cənnət anaların ayağı altındadır" (İmam Əhməd, Nəsai və İbn Macə).

Həmçinin Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* cinslərarası ədalətə təşviq etmişdir. Şəxsi həyatı ilə nümunə idi: evdə müxtəlif işlər görürdü. Bu şovinist bütpərəst ərəb cəmiyyəti üçün bir inqilab idi.

İslam nikahdankənar cinsi əlaqəni qəti şəkildə rədd edir. Bu prinsip ailə və cəmiyyəti xəstəliklər və deqradasiyadan qorumaq üçün mövcuddur. İslam bu məsələdə güzəştə getmir, alkoqol, narkotik, eşqbazlıq və

yoldançıxarma vasitələrinə olduğu kimi qeyri-qanuni cinsi əlaqəyə də yox deyir. Bacı və qardaşlar 10 yaşına çatdıqda cinsi problemlərdən qorunmaq üçün ayrı-ayrı çarpayılarda yatmalıdırlar.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Yeddi yaşına çatdıqda uşaqlarınıza namaz qılmağı əmr edin. On yaşına çatdıqda (namaz qılmazlarsa) onları döyün, yataqlarını ayırın" (İmam Əhməd, Əbu Davud).

İslam qızları ana olmağa, uşaqların qayğısına qalamağa, həmçinin evdən kənarda işləməyə, müxtəlif sosial işləri görməyə hazırlayır. Hərbi hazırlıqda aktiv iştirak da buraya daxildir. Çünki Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dövründə qadınlar cihadda iştirak etmişlər.

Uşaqları müəyyən yaşa çatdıqdan sonra analar sosial işlərdə rəsmi və ya qeyri-rəsmi, tam və ya qismən, məvacib qarşılığında və ya könüllü iştirak etməlidirlər. Hər vasitə ilə onların peşə hazırlığı, təcrübə qazanmaları və təhsil almaları təmin edilməlidir. Bunlar qadının hüquqlarıdır. Ailəyə baxmaq, qayğısına qalmaq isə kişinin vəzifəsidir.

Qadın və kişilərin rollarına aid bəzi məsələlər dövrə görə müəyyən edilir. Məsələn, Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* dövründə kişilərin uzun saçları vardı. Qərbdə XX əsrin ortalarında uzun saçlı kişilər iş tapa bilmirdilər. XXI əsrdə isə uzun saçlar yenidən dəbdədir. Keçmişdə ağır işləri kişilər görürdülər. Çünki kişilərin fiziki imkanları buna uyğundur. İndi isə ağır işlərin çoxu fiziki güc, əzələli bədən tələb etmir. Çünki texnoloji nailiyyətlər,

kompüter texnologiyası sayəsində ağır işlərin çoxu avtomatlaşdırılmışdır. Mühəndislik, inşaat və daşıma kimi işlərlə qadınlar da məşğul ola bilirlər. Həmçinin həm kişilər, həm də qadınlar təhsil, restoran xidməti, katiblik və katibəlik, informatika və mehmanxana menecerliyi kimi işlərdə çalışırlar.
Geyimə gəlincə, həm kişilər, həm də qadınlar, məsələn "cins" şalvar geyinə bilərlər. Amma ciddi, həyalı və iffətli olmalıdırlar. Geyim dar olmamalı, bədən üzvlərini hiss etdirməməli, göstərməməli, bayağı (şit) olmamalıdır. Şalvar bəzi müsəlman ölkələrində, o cümlədən Pakistanda qadınların ənənəvi geyimlərindən sayılır.
Kişi və qadınlar çox şeyi bir-birindən öyrənə bilərlər. Hər kişidə bir az qadınlıq, hər qadında da bir az kişilik, yəni hər birində qarşı cinsə aid hormonlardan müəyyən qədər vardır. Aşağıdakı ayələrə nəzər salsaq, bu heç təəccüb doğurmur:

"...Onlar sizin, siz də onların libasısınız..." (əl-Bəqərə, 187);

"Rəbbi də onların dualarını qəbul edərək cavab verdi: "İstər kişi, istərsə də qadın olsun, Mən heç birinizin əməlini puça çıxarmaram. Siz bir-birinizdənsiniz..." (Ali-İmran, 195);

"Allah sizi tək bir nəfərdən (Adəmdən) xəlq etdi..." (əz-Zümər, 6).

Quranda cinslərarası münasibətlərə dair yekun hökm belədir:

"Allahın birinizi digərindən üstün tutduğu şeyi arzulamayın. Kişilərin öz qazandıqlarından öz payı, qadınların da öz qazandıqlarından öz payı vardır. Allahın lütfündən istəyin! Şübhəsiz ki, Allah hər şeyi biləndir" (ən-Nisa, 32).

Quran bütün bəşəriyyətə xitab edir. Lakin bəzi ayələrdə ancaq kişilərə və ya qadınlara müraciət olunur. Bu ona görədir ki, həmin ayələrdə hər cinsə aid xüsusi rollardan söhbət açılır. Hər bir halda, Quran kişilərə və qadınlara ehtiram və şərəflə yanaşır.

Düz yol Allahın yoludur: Çin, Almaniya və Hindistan nümunələri

Allah hər şeyi öz ölçüsündə yaratmış, bizə balanslaşdırılmış ətraf mühit bəxş etmişdir. Biz təbiətə – Allahın bəxş etdiyi qanunlara müdaxilə etdikdə xaos yaradırıq. Çin buna misaldır. Demoqrafik artıma nəzarət etmək məqsədilə Çin hökuməti "bir ailə bir uşaq" qanununu çıxarmışdı. Bu qanunu pozanlar dövlətin ailələrə ayırdığı imtiyazlardan məhrum olurdular. Nəticədə kişilərin dominantlıq etdiyi cəmiyyət meydana çıxdı. Çünki ailələr bu uşağın ailəsinə kömək etsin deyə oğlan olmasını istəyirdilər. Bir neçə on il ərzində cəmiyyət oğlan uşağına üstünlük verərək qız uşaqlarından imtina etdi. Cəmiyyətdə qadınların sayı kəskin şəkildə azaldı, cinayətlər artdı, insanların qaçırılması halları, əxlaqsızlıq geniş vüsət aldı. Gizlicə edilmiş çoxsaylı abort hallarını və mənfi nəticələrini təsəvvürə gətirsək, vəziyyətin nə qədər ağır olduğunu təxmin edəcəyik. Belə faciəli vəziyyət dövləti məcbur etmişdi ki, bu "təbiətə zidd" təcrübəni ləğv edib ailələrə normal vəziyyətə qayıtmaq icazəsi versin. Quranda yaradılış qanunu belə izah olunur:

> *"Göylərin və yerin hökmü Allahın əlindədir. O, istədiyini yaradır, istədiyinə ancaq qız, istədiyinə də ancaq oğlan verir.*
> *Yaxud hər ikisindən – həm oğlan, həm də qız verir, istədiyini də sonsuz edir. O biləndir, qadirdir!" (əş-Şura, 49-50).*

Allahın Adəm və Həvvanı yaratdığı vaxtdan cinslər arasında təbii balans mövcuddur.
Nasistlər insanlar üzərində təcrübələr aparmışdılar. Onların yevgenik[2] proqramı bir sıra identikləşdirmə, təcrid və təlim əməliyyatları ilə "fövqəlinsan" yaratmağı məqsəd güdürdü. Amma bu təcrübələr nəticəsiz qalmışdı.

---

[2] Yevgenika: insan nəslini bioloji yolla yaxşılaşdırmaq haqqında nəzəriyyə – ***tərcüməçinin qeydi.***

Aqniveş və digərləri göstərirlər ki, Hindistanda qız uşaqlarının abort edilməsi cinslər arasında "vahiməli uçurum" yaratmışdır. Nəticədə kişilərin sayı qadınlardan 50 milyon nəfər çox olmuşdur. Təəssüf ki, texnologiya bu işi asanlaşdırır. Əvvəllər qızların çoxunu doğulduqdan sonra öldürürdülər. İndi isə qız rüşeymləri ultrasəs müayinədən sonra məhv etmək həm valideynlər üçün əlverişli, həm də həkimlər üçün qazanclıdır. Bu qorxunc praktikaya son qoymaq üçün hökumət ultrasəs müayinə ilə uşaqların cinsinin müəyyənləşdirilməsini qadağan etmişdir.

Qız uşaqlarından xilas olmaq təcrübəsi əsasən kasıb və savadsız insanlar arasında yayılıb. Eyni hala həm də varlı və təhsilli ailələrdə rast gəlinir. Görünən odur ki, bu vəziyyət təhsil səviyyəsinin artması ilə düz mütənasibdir. Belə ki abort halları beş sinif oxumuş qadınlarda az, universitet təhsili almış qadınlarda isə yüksək həddədir.

Yoxsul Banqladeşdən, Nepal və Hindistanın kasıb əyalətlərindən qızları gətirir, öküzün qiymətinin 1000 dollar olduğu bir vaxtda 200 dollar qarşılığında evlənmək istəyənlərə satırlar (Huges və digər müəlliflər, 1999). Təəssüf ki, Hindistanın bir çox yerində oğlan uşağının doğulmasına görə sevinir, qız doğulduqda isə ağlayırlar.

Tapşırıqlar

XLI tapşırıq. Valideyn müzakirəsi

Bir neçə ata və ana ilə görüşüb "Yaxşı uşağı necə tərbiyə etməli?" mövzusunu müzakirə edin, şəxsi təcrübələrinizi bölüşün.

Evimizdə axşam qonaqlığından sonra valideynlər əyləşərək yaxşı uşağı necə tərbiyə etməyin yollarını müzakirə etməyə başladılar. Şəxsi təcrübəyə aid çoxlu qiymətli təkliflər danışıldı. Axırda, ən müdrik valideyn dedi: "Bütün deyilənlər lazımlıdır, amma kifayət deyildir. Yalnız Allahın mərhəməti sayəsində ailələrimizdə uşaqlar düzgün böyüyürlər". Valideynlər bu nəticəyə gəldilər ki, çəkilən zəhmət əsas deyildir; əsas olanı Allahdan bu çətin işdə kömək istəmək, bilik və bacarıqları dua ilə möhkəmlətməkdir.

Uşağı böyütmək üçün ailə, kənd, ümmət və Allahın mərhəməti lazımdır. Bu işdə hər kəs əl-ələ verməlidir. Təcrid olunmaq çıxış yolu deyildir.

XLII tapşırıq. Mənə verdiklərinə görə Sənə şükür olsun, Allahım!

Allaha şükür olsun!

Uşağınıza aşağıdakıları təkrarlamağı öyrədin:

Mənə verdiyi bütün yaxşı şeylərə görə Allaha şükür olsun!

Allaha şükür olsun ki, məni insan yaradıb!

Məni qız yaradan Allaha şükür olsun!

Məni oğlan yaradan Allaha şükür olsun!

Məni qaradərili (ağdərili, qarabuğdayı, sarıdərili) yaratdığı üçün Allaha şükür olsun!

Bu halıma görə Allaha şükür olsun!

XLIII tapşırıq. Barak Obama: təkvalideynli ailə nümunəsi

Valideynlər uşaqları ilə əyləşərək Afrika əsilli bir amerikalının dünyadakı ən yüksək siyasi vəzifəyə necə yüksəlməsini müzakirə etməlidirlər. Onun prezidentliyi zamanı vəzifəsinin öhdəsindən gəlib-gəlməməyi bizi maraqlandırmır. Barak Obamanın uğur qazanması və prezident seçilməsi bir insanın çətinliklərə necə qalib gəlməsini göstərən praktik misaldır. Uşaqlarınıza Obamın "Atamın arzuları: irq və varislik tarixçəsi", "Ümidlərdə cəsarət" kitablarını oxudun.

Uşaqlarımıza İlahi Planın mövcudluğu və hikmətini, sonrakı nəsillərə necə ötürüldüyünü, çətinliklərə baxmayaraq necə həyata keçdiyini izah etməliyik. Bunu Obamanı misal çəkməklə izah edə bilərik. Zəncilərə qarşı ayrı-seçkiliyin edildiyi ölkədə onun prezident seçilməsi haqqında danışaq. Obamanı ancaq anası tərbiyə etmişdi. Valideynlər bu cəhəti də uşaqları ilə müzakirə edə bilərlər. Onlara bu misalla yanaşı, həm də Həzrəti Musa və Həzrəti İsanın, yetim qalmış Həzrəti Məhəmmədin necə boya-başa çatmaları haqqında danışmaq olar.

Obamaya gəlincə, onun həyatında ilahi plan hiss olunur. Görəsən, həyatında hadisələr fərqli şəkildə baş versəydi, nəticə necə görünərdi? Məsələn:

– Əgər Obamanın atası keniyalı müsəlman olmasaydı və o, Amerikada pulsuz təhsil almaq imkanı əldə etməsəydi, nə baş verərdi?

– Ata Obama kanzaslı ağdərili qadınla – Anna Dünhemlə evlənməsəydi, nə baş verərdi?

– Əgər ər öz həyat yoldaşını ikiyaşlı Obama ilə tək qoyub birdəfəlik Afrikaya getməsəydi, nə baş verərdi?

– Əgər Obamanın anası ikinci dəfə indoneziyalı müsəlmanla – Soetoro ilə evlənməsəydi, Cakartada dörd il yaşamasaydı və Obama burada müsəlman uşaqlarla məktəbə getməsəydi, nə baş verərdi?

– Anası Anna Dünhem ikinci həyat yoldaşından ayrılıb ABŞ-a qayıtmasaydı, nə baş verərdi?

– Əgər Anna Dünhem xərçəngdən vəfat etməsəydi, valideynləri

– Meydlin və Stenli Dünhemlər Obamanı məktəbə getdiyi Ha-

vay adalarında böyütməsəydilər, necə olacaqdı? Geniş ailənin əhəmiyyəti haqqında düşünün!
– Əgər Obama Harvard universitetinə qəbul olunmasaydı və nüfuzlu "Harvard Revyu" jurnalının ilk afro-amerikalı redaktoru olmasaydı, nə baş verərdi?
– Əgər Obama Çikaqoda xristian olaraq yaşamasaydı və oradakı "Müqəddəs Troitsa" kilsəsinə bir neçə on il getməsəydi, nə baş verərdi?
– Əgər Obama əcdadı afrikalı kölələr olan, Harvard universitetini bitirən Mişellə evlənməsəydi, nə baş verərdi?

İnsan çalışıb-əlləşir, Allah isə bərəkət verir!

Bəşəriyyətin bu böyük nailiyyəti – irqçilik və dözümsüzlüyün ləğvi, bərabərlik, plüralizm və tolerantlıq dəyərlərinin qəbul edilməsidir. Ağ Evi 1792-1800-ci illərdə zənci kölələr tikmişdilər. İndi isə orada onlardan biri ailəsi ilə yaşayır. Doğrudan da, heyrətamiz gərdişdir! Vəzifəsini necə idarə etməyindən asılı olmayaraq, Obama adını tarixə yazdırmışdır.
Tövsiyə olunur ki, valideynlər uşaqlarına ilahi planla əlaqədar şəxsi təcrübələrini danışsınlar, çətin anlarda verdikləri taleyüklü qərarları onlarla müzakirə etsinlər. Bir-biri ilə necə tanış olduqlarını, necə evləndiklərini müəyyən yaş dövründən sonra danışmaq olar. Bütün bunların ilahi planın tərkib hissəsi olduğunu diqqətə çatdırmaq lazımdır: Allah istəmədikcə siz də istəyə bilməzsiniz!

On üçüncü fəsil

Cinsi əlaqə və cinsi tərbiyə: uşaqlara nə deməli?

Giriş
Cinsi tərbiyə nədir?
Amerika təcrübəsi
Bacarıqlı professor ABŞ-ı nə üçün tərk etdi?
ABŞ-da bəzi ana və qızların cinsi əlaqə təsəvvürləri
Dəyərlər və seks: dünən və bu gün
Uşaqlara cinsi tərbiyə nə üçün lazımdır?
Uşaqlara nələri öyrətməliyik?
Cinsi sui-istifadə: nə dərəcədə təhlükəlidir?
İbrahimi təlimlər zinanı qadağan edir
Zinaya görə verilən cəzanın məntiqi əsası
Cinsi əlaqə ilə keçən xəstəliklər
“Gölfrend” – “boyfrend” münasibətləri
Uşaqlar uşaq dünyaya gətirir: islama görə abort və övladlığagötürmə
Homoseksuallıq və valideynlər
İslamda cinsi tərbiyə
Uşaqları qarşısında valideynlərin vəzifələri
Cinsi əlaqə və gigiyena
Yeniyetmələr və bakirlik
Cinsi əlaqə probleminin islamda həlli: preventiv tədbirlər xəritəsi
Dilemma: təhsil sistemi erkən nikahların əleyhinədir
Uşaqları cinsi təcavüzdən qorumaq
Müsəlman cinsi təhsili üçün tədris planı
Tapşırıqlar

Giriş

Cinsi tərbiyə problemi birinci dərəcəli əhəmiyyətə malikdir. Valideynlərin çoxu cinsi əlaqə haqqında sualları müzakirə etdikdə özlərini narahat hiss edirlər. Onlar uşaqlarının cinsi tərbiyəsini məktəbə və ya başqa insanlara həvalə etməyə üstünlük verirlər. Əgər insan fiziki baxımdan sağlamdırsa, ağlı başındadırsa, gec-tez cinsi əlaqə həyatına daxil olacaqdır. Amma nikahdankənar cinsi əlaqə təcrübəsi faciələrə, uzunmüddətli iztirablara səbəb olur, sosial və fiziki xəstəliklərlə nəticələnir. Bu xəstəliklərə təkcə nikahdankənar cinsi əlaqədə olanlar deyil, həm də onların həyat yoldaşları və uşaqları yoluxa bilir. Bəzən zərər o qədər böyük olur ki, aradan qaldırılması qeyri-mümkün görünür.

Bizi yaradan Allah nikahdankənar cinsi əlaqəni – zinanı haram etmişdir. Cinsi əxlaqsızlıq böyük müsibətlərə səbəb olur, odur ki əsas qayda belə səslənir: cinsi əlaqə nikah daxilində olmalıdır. Əgər bəşəriyyət cinsi əlaqə məsələsində özünü məsuliyyətsiz apararsa, yeni növ xəstəliklər meydana çıxacaqdır. Valideynlər uşaqların cinsi tərbiyəsində fəal iştirak etməlidirlər.

Cinsi tərbiyə nədir?

İnsanların cinsi tərbiyə haqqında təsəvvürləri müxtəlifdir. Cinsi tərbiyə anatomiya və fiziologiyadanmı, cinsi əlaqədənmi, nəsil artımından-mı, xəstəlik və arzuedilməz hamiləlikdənmi, uşaqlara cinsi əlaqə ilə məşğul olmağa icazə verməkdənmi bəhs edir? Cinsi tərbiyə? Bir dəfə müəllim demişdi: "Mən uşaqlara cinsi əlaqə ilə məşğul olmağa başlayıb-başlamamağı və ya bunu necə etməyi öyrətmək fikrində deyiləm. Öyrətmək istədiyim budur ki, əgər onlar bununla məşğul olmaq qərarına gəlsələr, xəstəlik və hamiləlikdən qorunmağı bacarsınlar". Cinsi tərbiyə proqramlarının çoxu natamamdır, əxlaq, cinsi sapqınlıq və nikah məsələlərinə toxunmur.

Cinsi tərbiyədə adətən iki əsas məsələyə toxunulur. Birincisi bütövlükdə biologiyadan ibarətdir: valideynlər yeniyetmələrin qorxularını aradan qaldırmalı, onlara aybaşı və pol-

lyusiya haqqında məlumat verməlidirlər. İkinci məsələ isə seksual aktivliyi olan gənclərə arzuedilməz hamiləlik və abortdan qorunmaq barədə lazımi məlumatın verilməsi ilə əlaqədardır. Çünki bu məlumatlar onları təhlükələrdən qoruya bilər.

Bəzi məktəblərdə fiziki reproduktivlik mexanizmləri və əxlaqi məsuliyyət haqqında bəsit biliklər öyrədilir. Bir çox məktəbdə cinsi tərbiyə əxlaq və sosial tərbiyə fənninin əsas mövzusudur. Uşağınız bu dərslərdə iştirakdan imtina edərsə, heç nə itirməyəcəkdir. Çünki cinsi tərbiyə məsə-lələrini ingilis dili, tarix, bədən tərbiyəsi, incəsənət, din tərbiyəsi məşğələlərində müzakirə etmək mümkündür. Cinsi əlaqə həyatın ayrılmaz hissəsinə çevrilmişdir.

Cinsi tərbiyə dərslərinin çoxu xoşbəxt ailə həyatına təşviq etmir. Evlilərin çoxu biliksizlik və bacarıqsızlıq üzündən problemlərlə qarşılaşırlar. Belə bir təsəvvür yaranıb ki, həyat yoldaşını ehtirasa gətirib məmnun etmək qabiliyyəti kişidə təbii olaraq yaranır. Əlbəttə ki, bu səhvdir. Xoşbəxt ailə həyatı qurmaq təhsilin ayrılmaz hissəsini əmələ gətirir. Təəssüf ki, gənclərə bu cür təhsil verilmir.

Yeniyetmə oğlunuz seksual aktivlik göstərdikdə, çox güman ki, bundan ən axırda xəbər tutan siz olacaqsınız. Çünki yeniyetmələr bunu maksimum dərəcədə gizli saxlamağa cəhd göstərirlər. Bununla yanaşı, yeniyetmələrin gizli münasibətləri olur. Onlar yoldaşlarının valideynlərindən gizli saxladıqları sirlərini bilirlər.

Cinsi tərbiyədə real və qənaətbəxş çıxış yolunu Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* göstərmişdir. Məktəblərdə cinsi tərbiyə proqramının müsbət və mənfi tərəfləri vardır. Valideynlər başa düşməlidirlər ki, uşaqlara kömək etmək lazımdır. Çünki uşaqların cəmiy-yətdən, məktəbdən, televizordan, internet və həmyaşıdlarından cinsi əlaqəyə dair öyrəndikləri informasiya həm müsbət, həm də mənfi məsələləri ehtiva edir.

Amerika təcrübəsi

Professor Əthər (1990) göstərir ki, məktəblərdə mənəvi-

əxlaqi dəyərlərdən uzaq cinsi tərbiyə tədris olunur, informasiya vasitələrindən cinsi əlaqə haqqında yanlış məlumatlar ötürülür (bax: Cinsi tərbiyə: islamın baxışı / elmi redaktor: Əthər Şahid (www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/SexEducation).

Cinsi tərbiyə fənni Amerika məktəblərinin çoxunda 2-12-ci siniflərdə tədris olunur və milyardlarla dollara başa gəlir. Bu fənni tədris edən müəllimlər seksin texniki aspektlərinə toxunur, amma əxlaq dəyərləri, cinsi həyatda düzgün qərar qəbul etmək haqqında danışmırlar. Müəllimlər tənasül orqanlarının anatomiyası və fiziologiyası, yeniyetməlikdə zöhrəvi xəstəlik və hamiləlikdən qorunmaq yollarını daha çox öyrədirlər. QİÇS meydana çıxdıqdan sonra "təhlükəsiz seks" məsələsi gündəmə gəlmiş, xəstəliklərdən qorunma vasitələri – rezin qoruyucular və s. icad olunmuşdu. Bəzi məktəblərdə məktəb klinikalarına gələnlərə rezin qoruyucular pulsuz verilir. Hətta bəzi məktəb və universitetlərdə rezin qoruyucular satan avtomatlar quraşdırılıb.

Cinsi tərbiyədə valideynlərin rolu minimuma enib, haradasa, müstəsna xarakter daşıyır. Oğlanlar cinsi əlaqə haqqında soruşduqda ata çox vaxt cavabdan yayınıb söhbəti dəyişir. Nəticədə uşaqlar cinsi əlaqə haqqında infor-masiyanı başqalarından alırlar. Həmçinin bəzi müəllimlərin dedikləri əxlaq və din baxımından qeyri-məqbuldur. Professor Əthər Şahid müəllimlərin qeyri-məqbul tövsiyələrini aşağıdakı kimi göstərmişdir:

1. ***Valideynlərin evdə (hamam və ya yataq otağında) lüt gəzməsi beş yaşa qədər uşaqlara cinsi həyatı əyani şəkildə öyrətməyin yaxşı yoludur. Çünki bu vaxt uşaqlar sual verəcək və öyrənəcəklər***. Amma 1997-ci ildə aparılmış tədqiqatlar göstərmişdir ki, uşaqların cinsi təzyiq və dil-

xoşluğa məruz qaldığı halların 75 faizində (ildə 500 min fakt) müqəssir tərəf kimi yaxın qohumlar (ata və ana, ögey ata və ögey ana, ailənin digər üzvləri) çıxış etmişdir (Abel və digər həmmüəlliflər, 2001).

2. Uşaqlar öz cinsiyyət orqanlarını nümayiş etdirə, biribirlərinin cinsiyyət üzvünü "kəşf" edə bilərlər. Bu cür "sadəlövh kəşflər"in cinsi münasibətə çevrilməyəcəyinə kimsə zəmanət verə bilməz. Belə ki 12 yaşlı oğlanın 8 yaşlı qızı zorlaması faktı məlumdur.

3. ***"Biədəb" jurnallarla yaxalanmış uşaqlara müqəssir olduqlarını hiss etdirmək olmaz. Əksinə, valideynlər belə situasiyalardan istifadə edərək uşaqlarına cinsi münasibət, dəyərlər və cinsi istismar haqqında faydalı söhbətlər edə bilərlər.***

Bu ki biabırçı səhvdir! Çünki belə jurnallar oxucuya cinsi əlaqənin istehlak predmeti, qadınların isə kişilərin oyuncağı olmağı mesajını ötürür. Həmçinin müqəssirlik hissi insanı peşman olmağa və səhvlərini düzəltməyə məcbur etdiyi təqdirdə zərərli deyildir. Günahlara görə peşman olmaq səhv davranışları düzəltmək üçün uşaqlara hərə-kətlərini qiymətləndirməyi, məsuliyyət hiss etməyi öyrədən mexanizmdir.

4. ***Cinsi aktivliyi olan yeniyetməni "tutub-saxlamaq" la-zım deyil, əksinə, onu maarifləndirmək, hamiləlik və zöhrəvi xəstəliklərdən qorunmağın yollarını öyrətmək lazımdır***. Bu müəllimlər başa düşmürlər ki, cinsi əlaqə haqqında danışmaq buna icazə vermək deməkdir. Əgər yeni meyvə növünün forması, rəngi, qoxusu və dadı haqqında danışıb, yeyildiyində ləzzət alacağımızı deyiriksə, normal düşünən hər kəs həmin meyvənin dadına bax-maq istəyəcəkdir. Valideynlər erkən və nikahdankənar cinsi əlaqənin yolverilməzliyi haqqında müzakirə aparmağa təşəbbüs göstərməlidirlər. Bu vaxt cəmiyyətdə qadınların arzu-olunmaz hamiləliyindən, vulqar reklamlardan, əxlaqsız musiqilərdən, əxlaq-

Düzdür ya yox?

Nə qədər çox bilirlərsə, bir o qədər çox edirlər!

sızlığa təşviq edən televiziya verilişlərindən danışmaq mümkündür.

Amerika məktəblərində cinsi "tərbiyə" dərsləri yeniyetmələrin zöhrəvi xəstəliklərə tutulması və ya hamilə qalması hallarını azaltmamış, onlarda cinsi əlaqə vərdişini dəyişməmişdir. Təəssüf ki, Kilsəyə getmək də kömək etməyib (Əthər, 1990).

Uşaq məktəbdə biologiya dərslərinə getməsə də, gec-tez cinsi əlaqə haqqında öyrənəcəkdir, valideynlər buna hazır olmalıdırlar. Məktəblərdə hamiləlikdən qorunma vasitələri və bioloji xüsusiyyətlər haqqında lazım olduğundan az məlumat verilir.

Bir çox müsəlman və qeyri-müsəlman valideyn hesab edir ki, dövlət məktəblərində cinsi əlaqə haqqında tədris edilənlər iman meyarlarına uyğun deyildir və hamiləlikdən qorunmaq barədə verilən məsləhətlər uşaqlarda cinsi istək yaradır.

Həm müsəlman, həm də qeyri-müsəlman kişilərin çoxu həyat yoldaşlarında cinsi istək gördükdə təəccüblənirlər. Çünki kişilərə öyrədilir ki, qadının vəzifəsi kişinin cinsi tələbatını təmin etməkdir; amma onlara deyilməyib ki, qadının da cinsi tələbatı var və onu təmin etmək lazımdır. Təbii ki, bu, kişidən müəyyən bacarıq tələb edir. Həmçinin

kişi qadın bədənini və oxşamalara necə reaksiya verdiyini öyrənməlidir. O bilməlidir ki, həyat yoldaşının cinsi tələbatını təmin etməmək ona bioloji və psixoloji zərər verə bilər.

Valideynlərin əksəriyyəti uşaqlarının onlardan icazə almadan evdən kənarda mütəmadi şəkildə gecələmələrini istəmir. Amma müstəqil həyata qədəm basdıqda yeniyetmə qız və ya oğlanlara valideynlərin nəzarəti azalır. Saflıq gəncləri qorumağın üsullarından biri olsa da, valideynlərin arzuladığı saflıq anlayışı uşaqlar hələ on yaşına çatmadan oyun meydançalarında yox olur. Uşaqlar məlumatları internetdən, televizordan, filmlərdən alırlar. Belədirsə, onların cinsi əlaqə, intimlik haqqında bildikləri valideynlərinkindən çox olacaqdır.

QİÇS Tailandda ölüm hallarının başlıca səbəbidir

Səhiyyə naziri Suraponq Suibvonq Linin sözlərinə görə, QİÇS 2001-ci ildə Tailandda ölüm hallarının əsas səbəbi olmuş, bədbəxt hadisələri, ürək-damar xəstəlikləri və xərçəngi geridə buraxmışdır. O, konkret faktlar göstərməsə də, qeyd etmişdir ki, qazanılmış immun çatışmazlığı virusuna yoluxmuş qurbanların dəqiq sayı məlum deyildir, çünki kəndlərdə vəfat edənlərin qohumları ölümün həqiqi səbəbini demirlər.

"Kənd sakinləri deyir ki, bədbəxt hadisə səbəbi ilə baş verməyən ölüm hallarının çoxu ürəyin dayanması ilə əlaqəlidir. Bu belə bir səhv təsəvvür yaradıb ki, tailandlıların çoxu ürək-damar xəstəliklərindən vəfat edir. Amma biz yeni araşdırmalar aparıb aşkara çıxardıq ki, kənd yerlərində ölüm hallarının başlıca səbəbi QİÇS-dir", – nazir Maldiv adalarında Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının keçirdiyi görüşdən qayıtdıqdan sonra demişdi.

QİÇS-ə qarşı BMT proqramının Banqkok ofisindən bildirmişlər ki, QİÇS-dən ölmə halları artmağa başlayıb. Çünki 10 il əvvəl epidemiya başladıqda yoluxmuş tailandlılar kütləvi şəkildə xəstələnib ölməyə

başlayıblar. 60 milyon tailandlının təxminən bir milyonu QİÇS-ə yoluxub, yoluxanların isə təqribən üçdə biri ölüb (AIDS Education Global Information System, 2001).

Bacarıqlı professor ABŞ-ı nə üçün tərk etdi?
Malayziya Beynəlxalq İslam Universitetinin professoru deyir ki, Miçiqan ştat məktəbinin üçüncü sinfində oxuyan oğlu bir dəfə evə gələrək ona şagird yoldaşının sinifdə şagird qızlardan biri ilə cinsi əlaqədə olduğunu danışıbmış. Bu səbəbdən professor əşyalarını tez-tələsik toplayıb ailəsi ilə ABŞ-ı tərk etmişdi. Heç şübhəsiz ki, dəyərlərdən təcrid edilmiş cinsi əlaqə təlimi təsadüfi cinsi əlaqələrlə gününü keçirən nəsil formalaşdırıb. Mövcud yanaşmalar cinsi əlaqəni (seksi) cazibədar, əlçatan və xoşagələn hala gətirmişdir. İş o həddə çatıb ki, ondan imtina çoxlarına qeyri-mümkün görünür, çünki seksual obrazlar və təsadüfi cinsi əlaqə geniş yayılıb.

ABŞ-da bəzi ana və qızların cinsi əlaqə təsəvvürləri

Yeniyetmələrin cinsi davranış modelləri seçmədəki şübhələri getdikcə artır. Çünki valideynləri və müəllimlərinin bu məsələdəki köməyi kifayət qədər deyildir. Yeniyetmələrin bu barədə dedikləri aşağıda göstərilmişdir:

16 yaşlı Səlma deyir: "Mən anamdan cinsi əlaqəyə aid heç nə soruşa bilmirəm. Çünki soruşduqda başlayır ki, bunu nə üçün soruşursan. Cavabımı eşitmək üçün israrla soruşur: "Bunu nə üçün bilmək istəyirsən? De görüm, yoxsa...".

14 yaşlı Cületta deyir: "Anam belə hesab edir ki, bilməmək saflığı qoruyur. Cinsi əlaqə haqqında bir şey soruşduğumda bərk əsəbiləşib deyir: "Cinsi əlaqə haqqında bilmək istədiyin hər şeyi ərin sənə öyrədəcəkdir".

18 yaşlı Luis deyir: "Valideynlərimin mənə dedikləri çox qarışıqdır. Biri deyir ki, etmə, başına bəla açarsan. Digəri deyir ki, nə qədər cavansan, toxumunu səp. Arzu edirəm ki, onlar bu

məsələdə öz aralarında razılığa gəlsinlər. Əgər cinsi əlaqə yaxşı şeydirsə, bizə onu etməyə icazə versinlər. Yox, pis şeydirsə, onda bizi yoldan çıxarmayın, təhrik etməyin, qarışdırmayın!

15 yaşlı Coşua deyir: "Atamız həmişə istəyir ki, dürüst olaq. Amma bu dürüstlük cinsi əlaqəyə dair suallarda başa çatır. Atam mənim cinsi əlaqə məsələsində açıq sözlü olmağıma xoş baxmır".

22 yaşlı Conatan deyir: "Kollec oğlanları üçün cinsi əlaqə kişilik və yetişkənlik rəmzi, qızlar üçün isə tanınmazlıq və təklikdən müdafiədir".

Bir yeniyetmə seks problemini belə izah edir: "Gülməli filmə baxdıqda gülür, faciə janrında çəkilmiş kinoya baxdıqda ağlayır, nə isə məni cinlədəndə qışqırıram. Bəs məndə şəhvət yaradan nəyəsə baxdıqda nə etməliyəm?"

Bu müzakirələr göstərir ki, müvafiq cinsi tərbiyə biliksizliyi ləğv edə bilər. Cəmiyyət icazə verə bilməz ki, cinsi əlaqəyə dair meyar və dəyərləri küçə və ekran müəyyənləşdirsin!

Dəyərlər və seks: dünən və bu gün

İndiki dövrdə dəyərlər arasında müəyyən qədər konflikt müşahidə olunur. Bəzi valideynlərə elə gəlir ki, yeni reallığı qəbul etmək vaxtı çatmışdır. Onlar zöhrəvi xəstəliklərdən, arzuolunmaz hamiləlikdən, korlanmış nüfuzdan ehtiyatlanırlar. Onlar obyektiv cinsi təhsil yolu ilə bundan xilas ola biləcəklərinə ümid edirlər. Bəziləri də övladlarını maarifləndirir, hamiləlikdən qorunmaq vasitələri haqqında danışırlar.

Elə valideynlər də vardır ki, cinsi tərbiyə ilə əlaqəli bu tədbirləri qəti surətdə rədd edirlər. Onlar hesab edirlər ki, hamiləlikdən qorunma vasitələri nikahdan əvvəl cinsi münasibətə təhrik edir. Onlar bilirlər ki, cəmiyyət yeniyetmələr arasında cinsi əlaqəyə təşviq edə bilməz. Çünki bu erkən erotik oyanma yaradır, münasibətləri təhlükə altına atır.

Gənclərin başlıca vəzifəsi zəruri bilikləri qazanmaq, özlərini düzgün yeniyetməlik və

ailə həyatına hazırlamaqdır. Bunun üçün evlilikdən qabaq cinsi əlaqədə olmaq yolverilməzdir. Bəzilərinə görə, hətta cinsi əlaqə haqqında danışmaq qəbahətdir. Məqsəd özünənəzarət olsa da, açıq cinsi əlaqə söhbətlərinin seksə təhrik etdiyini deyən valideynlər də vardır. Bir valideyn demişdir ki, uşaqlara nümunə olmaq lazımdır: "Biz, böyüklər nümunə olub, ləyaqətli davranışlar nümayiş etdirdikdə – ancaq bu təqdirdə uşaqlarımızdan bizim kimi olmağı tələb edə bilərik".

Həm həyatda, həm də ədəbiyyatda cinsi əlaqə mövzusu əsas yer tutur. ABŞ və digər bir çox ölkədə seks artıq qadağan olunmuş mövzu deyildir; onu məktəblərdə tədris edir, evlərdə müzakirəyə çıxarırlar. Belə cəmiyyətlərdə gənclərin təhrikedici hallarla qarşılaşan kimi, "yoldan çıxmaları" normaldır. Bunun üçün oğlanlardan şübhələnir, qızları isə müşayiət edib qoruyurlar. Həmçinin oğlanların çoxunun maşını var, qızlar isə evdən çıxmaq sərbəstliyinə sahibdir. Əgər belə təhrikedici hallar maksimum, nəzarət isə minimum həddədirsə, onda mənəvi-əxlaqi qaydalara riayət edilməsini gözləmək mümkündürmü?!

Keçmişdə gözəl qızlar bakirəliyini qoruyur, sevgilisi israr etdiyi təqdirdə ona ancaq qucaqlamaq və oynaşmağa icazə verirdilər. Bu, cəmiyyət və namus arasında bağlanmış "müqavilə" idi. Amma indiki dövrdə bir çox yeniyetməni bu "müqavilə" ilə razılaşmamağa təhrik edir-lər. Oğlanlar bununla ona görə razılaşırlar ki, televizor, filmlər və jurnallar onları ehtirasa gətirir; qızlar da ona görə qəbul edirlər ki, əks halda, onları "dəymədüşər", "nazlı" hesab edə bilərlər.

Belə ölkələrdə kollec qızları bakirəliyi qoruyub saxlamaq üçün ciddi çətinliklərlə qarşılaşırlar. Çünki bir çox oğlan onlarla görüşməkdən imtina edir, başqa qızlar isə onları "köhnə dəbli" sayırlar. "Özlərini nikaha saxlamaq istəyənlər" isə sosial təcridə məruz qalırlar. Belə hallarla qarşılaşan bakirə qızlar özlərinin normal olub-olmamağı haqqında şübhəyə düşə bilirlər. Təəssüf ki, bir çox qız şəxsi arzusu ilə deyil, təzyiq

altında cinsi əlaqəyə girir. Əvvəllər hamilə qalmaq qorxusu qızları bakirəliyi qorumağa məcbur edirdi. İndi isə bu arqument aktual deyil: profilaktik vasitələr super marketlərdə satılır, hamiləlik əleyhinə həbləri, spiralları əldə etmək çox asandır. Bəzi məktəb və kilsələrdə rezin qoruyucular (prezervativlər) pulsuz paylanır.

18 yaşlı Ceyson kolleci ziyarət edən atasına sevgi və həyat haqqında belə demişdi: "Mən oğlanlarla qızların əsil fərqini öyrəndim. Qızlar cinsi əlaqədən sevilmək üçün istifadə edirlər. Oğlanlar isə seks üçün sevirlər. Mənim fəlsəfəm onları sevmək, sonra isə tərk etməkdir." Atası soruşdu: "Yaxşı, onda sənin və dostlarının sevib tərk etdiyi qızın aqibəti bəs necə olsun?" Ceyson cavab verdi: "Bu mənim problemim deyil." Atası dedi: "Bu haqda yaxşı fikirləş. Şərqdə belə bir məsəl var: "Əgər bir insanı ölümdən xilas etmişsənsə, onun həyatına görə sən məsuliyyət daşıyırsan. Əgər sən qızın sevgisini qazanmaq üçün plan qurmuşsansa, bu onun deyil, sənin problemindir, yəni sən onun hisslərinə görə cavabdehsən".

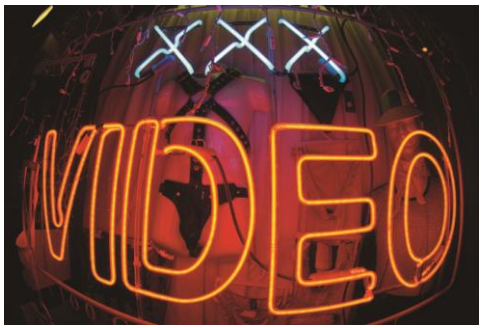
Ceysonun atası başlıca prinsiplərdən danışırdı: dürüstlük və məsuliyyət bütün sosial əlaqə növlərinə aiddir. Sadə və mürəkkəb, sosial və cinsi münasibət formaları dürüstlük, vəfakarlıq və məsuliyyət tələb edir.

Uşaqlara cinsi tərbiyə nə üçün lazımdır?

Yeniyetmələr cinsi əlaqə haqqında mümkün hər şeyi öyrənməyə can atırlar. Onlar çaşqınlıq içərisindədirlər, konkret və ünvanlı cavablar tələb edirlər. Əgər onlara cinsi əlaqə haqqında ciddi şəkildə müzakirə aparmaq imkanı yaradılarsa, açıq və ağlabatan danışırlar. Onlar meyar və məfhumları araşdırır, öz cinsi həyatlarını qaydasına salmaq istəyirlər.

Məktəblərdə yeniyetmələrə cinsi tərbiyə fənni tədris olunmalıdırmı? Bu dərslər çox vaxt yuxarı siniflərdə keçirildiyindən artıq gec olur. Çünki yeniyetmələr cinsi əlaqə haqqında məlumatları küçədə, məktəbdə və internet vasitəsilə çoxdan əldə etmişlər. Həmçinin uşaqlar cinsi əlaqəni biədəb şəkillər və sözlər əsasında öyrənirlər. Televizor və küçə səhv məlumatların tükənməz mənbəyi rolunu oynayır. Seks ədəbiyyatı və vasitələrinin satıcıları həddi-hüdud tanımadan öz məhsullarını müştərilərinə satırlar. Dostlar bir-birinə bu işdəki real və xəyali təcrübələrini danışırlar. Valideynlər və müəllimlər isə lazımi məlumatı bölüşməkdən ehtiyatlanır və bildirirlər ki, bunu etmək hələ tezdir.

Cinsi tərbiyə iki hissədən ibarətdir: məlumatın ötürülməsi və dəyərlərin aşılanması. Yaxşı olar ki, dəyərlər evdə öyrədilsin. Məlumatları isə mütəxəssislər verməlidir. Onu da qeyd edək ki, cinsi əlaqə ilə bağlı heç də bütün suallar



bilmək istəyindən yaranmır. Bəzi uşaqlar təhrikedici suallarla valideynlərini utandırmaq, çətin vəziyyətə salmaq istəyirlər. Çünki valideynlərinin belə suallara cavab vermək istəmədiklərini bilirlər. Güman etməyin ki, valideynlər cinsi əlaqəyə dair suallara cavab verərkən hə-mişə obyektivdirlər, açıq danışırlar, hər şeyi bilirlər. Məlumatı ol-

duğu kimi çatdırmaq, bilmədiyimiz sualları isə ekspertlərə ünvanlamaq la-zımdır. Valideynlər yeniyet-mə övladlarını təkcə mək-təbdə deyil, həm də kilsə-lərdə, məscidlər və sosial təş-kilatlarda aparılan cinsi əlaqə müzakirələrində iştiraka həvəsləndirməlidirlər. Obyektiv və düzgün çatdırılmış məlumat nəsillər arasındakı gərginliyi azaldıb, sevgini, inamı artıra bilər. Böyüklər gənclərin etimadını yenidən qazana bilərlər, yeniyetmələr də başa düşərlər ki, yaş fərqinə baxmayaraq valideynləri, həqiqətən də, onlar üçün narahatdırlar, onların yaxşılığını arzulayırlar, onlarla ümumbəşəri dəyərləri paylaşırlar.

Uşaqlara cinsi təhsil bu qədərmi lazımdır? Ördək balalarına üzməyi öyrədirlər, yoxsa üzmələri üçün onları sadəcə suya buraxırlar? Min illərdir ki, qadınlar və kişilər xüsusi təhsil olmadan yaxınlıq edirlər. Bir çox cəmiyyətdə cinsi əlaqəni evlilikdən sonra öyrənirlər. Amma on uşağa sahib olmaq sevgiyə dəlalət etmir. Xoşbəxt ailə yaratmaq üçün düzgün cinsi tərbiyə tələb olunur. Bəs bunu kimi öyrətməlidir? Hər kəsin öz rolu vardır. Valideynlər mühüm faktları və məsələləri bilməli, məsuliyyət daşımalıdırlar. Atanın vəzifəsi oğlunun, ananınkı isə qızının suallarına cavab verməkdir. Biz cinsi tərbiyə məsələsində məktəb-lərə və ya KİV-ə bel bağlaya bilmərik. Vəzifəmiz budur ki, məktəblərdə cinsi tərbiyə zamanı buraxılmış boşluqları dolduraq, yəni cinsi tərbiyənin əxlaqi-mənəvi aspektlərini uşaqlarımıza öyrədək. Məktəb müəllimləri, ailə həkimi, pediatr, savadlı imam və din xadimləri bu məsələdə rol oynaya bilərlər. Ailədə böyük bacı balaca bacıları, böyük qardaş da balaca qardaşları qarşısında öhdəlik daşıyır.

Valideynlər cinsi tərbiyə barəsində susmamalıdırlar. Susmaq uşaqlara səhv mesaj ötürür. Uşaqlar dostları və tanımadıqları insanlardan eşitdikləri ziddiyyətli məlumatlar qarşısında çaşqınlığa düşürlər. Bu da onlarda cinsi əlaqə haqqında səhv təsəvvürlər formalaşdırır. Yeniyetmə yaşına çatdıqda bu cür səhv təsəvvürlər onlara mənfi təsir edəcəkdir.

Cinsi tərbiyədən qaçmaq çıxış yolu deyil. Realist olmalıyıq. Uşaqlarını cinsi əlaqə haqqında məlumatlardan təcrid edən valideynlər bununla da başlarını kərpic divara vurmuş olurlar. Məqsədəuyğundur ki, uşaqlar bu bilikləri savadlı, mənəviyyatı yüksək şəxsdən öyrənsinlər. Belə şəxs səhv təsəvvürləri təshih edərək uşaqları mənfi təsirlərdən qoruyacaqdır.

Quran və Sünnədə cinsi əlaqə mövzusu açıq və müdrik şəkildə müzakirə olunur. Burada cinsi əlaqə sözü iyrənc və murdar söz kimi nəzərdən keçirilmir. Cinsi əlaqə insan həyatının vacib tərəfidir. Quranda səviyyəli üslubdan istifadə olunur: reproduktivlik, yaratma, ailə həyatı, aybaşı və eyakulyasiya. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* cinsi əlaqə mövzularını səhabələri ilə ədəb-ərkan daxilində müzakirə edirdi. Müsəlman valideynlərin öz uşaqları ilə cinsi əlaqə mövzusunda danışmamaqlarının bir səbəbi də aldıqları tərbiyədir. Müsəlman valideynlər cinsi əlaqə kimi intim mövzular haqqında açıq şəkildə danışmaqdan xoşlanmırlar.

Uşaqlara nələri öyrətməliyik?

Bir çox valideyn qızlarını ilk aybaşına, oğullarını isə pollyusiyaya hazırlayır. Bəzi valideynlər isə uşaqlarına bu barədə heç nə danışmırlar. Bu da öz növbəsində onlarda qorxu və narahatlıq yaradır. İstənilən gözlənilməz qan axıntısını gənc qız xəstəlik və ya zədə olaraq qəbul edir. Əgər qan və ya toxum çox gələrsə, elə zənn edirlər ki, daxildə nə isə dağılıb və ya xəstəlik var. Onlar bu barədə danışmaqdan çəkinir və utanırlar. Bir qız aybaşı qanını aylarla burun dəsmalından istifadə etməklə saxlamağa cəhd göstərmişdi. Elə düşünürdü ki, ağır xəstəliyi var. Bu barədə kiməsə danışmaqdan qorxurdu. Nəhayət, müəlliməsi onun paltarında qan ləkəsi görmüş və kömək etmişdi. Qız qana bulaşmış paltarlarını hamamda gizlicə yuyurmuş ki, anası görməsin.

Bəzi analar qızları ilə aybaşı barədə danışmazdan əvvəl bu məsələyə dair şəxsi düşüncələrini götür-qoy etməlidirlər. Oğlan uşağının da aybaşı haqqında öyrənməsi lazımdır. Gələcəkdə – evlən-

dikdə görəcəkdir ki, həyat yoldaşı aybaşı vaxtı ağrı çəkir, əhvalı korlanır. Aybaşı halını natəmizlik, rüsvayçılıq hesab etmək, aybaşı qızla "atılmış" kimi davranmaq doğru deyildir.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun)* aybaşı vaxtında qadınları incitməməyi, onlarda özlərinin natəmiz olduqları təsəvvürünü yaratmamağı tövsiyə etmişdir. Aybaşı zamanı imtina ediləcək yeganə şey cinsi əlaqədir. Amma qoruyucu bezlərdən istifadə edilərsə, qadınla həyat yoldaşı bir-birini qucaqlaya, cinsi əlaqəyə girməmək şərti ilə əylənə bilərlər.

Bəzi istisnalara baxmayaraq, ABŞ-da ümumtəhsil məktəblərində cinsi tərbiyə dərslərində prezervativlərdən istifadə, zöhrəvi xəstəliklər və abortdan qorunma haqqında danışılır. ABŞ-da ümumi yanaşma budur ki, yeniyetmələr, onsuz da, cinsi əlaqə ilə məşğul olacaqlar, elə isə onlara bunu təhlükəsiz şəkildə etməyi öyrətmək lazımdır. Məsələnin əxlaqi-mənəvi tərəfləri çox nadir hallarda tədris olunur, olunsa belə, dinlə əlaqədar deyildir. Qızlar və oğlanların bir yerdə oxuduğu məktəblərdə gənc-lərdə həya duyğusu aşınır. Hətta təhsilin ayrı olduğu siniflərdə şagirdlər cinsi əlaqəyə həvəsləndirilir, onlara öpüşmək və onanizmlə məşğul olmaq qaydaları haqqında tövsiyələr verilir. Onanizm intim təcrübənin ilk addımı kimi təqdim olunur. Bu barədə heç nə bilməyən müsəlman uşaqlar isə valideynlərindən nə isə soruşmağa utanırlar.

Cinsi sui-istifadə: nə dərəcədə təhlükəlidir?

Nikahdankənar cinsi əlaqə – zina, islama görə, əxlaqsızlıqdır. Bəziləri hesab edir ki, belə cinsi əlaqədən uşaqların dünyaya gəlməsi cəmiyyət üçün qətldən daha dağıdıcıdır. Zinanın ailələrə uzunmüddətli mənfi təsiri vardır. Nəticəsi isə aşağıdakı kimidir: xəstəliklər, abort, anormal (hamiləlik vaxtı xəstəlik əvvəlcə anaya, sonra uşağa keçir) və nikahdankənar uşaqlar, birvalideynli, dağılmış ailələr,

qarışmış nəsil şəcərəsi, xəyanət, etibarın it-məsi, fahişəlik.

Zina insan ləyaqətini ayaqlar altına atır. Cinsi qadağaların (zina və s.) pozulduğu cəmiyyətdə daha təhlükəli problemlər yarana, məsələn, fahişəliyin normal hala gəlməsi baş verə bilər. Qadağalar azacıq pozulduqda daha çox pozuntular üçün qapı açılır. Fahişəlik və zina böyük günahlardandır. Fahişəliyə görə dünya və axirətdə cəza vardır. İslam fahişəlik və zinanı təkcə şəxsi günahlar deyil, həm də cəmiyyəti korlayan davranışlar hesab edir. Əgər zina və fahişəlik cəmiyyətdə məqbul davranışlara çevrilərsə, cəmiyyətin toxumasını əsasından – ailədən başlayaraq dağıdacaqdır.

Quranda zinanın cəzası olaraq kütlənin qarşısında günahkarlara 100 şallaq vurmaq göstərilir. Keçmişdə zinanın nəticələri cəmiyyət üçün dağıdıcı olduğundan günahkarlar daşqalaq olunurdu (daşqalaq haqqında bax: Tövrat, Təsniyə, 22:23-24). Quranda daşqalaq haqqında heç nə deyilmir və bir çox islam alimi bu aktın qanuniliyini rədd edir. Zina təhlükəli günah olduğu üçün dörd ədalətli, dürüst və həddi-buluğa çatmış müsəlman məhkəmədə buna şahidlik etməlidir. Dörd şahid şərti şübhəli bilinən şəxsin şərəfini qorumaq üçündür. Bu həm də ona görədir ki, zinanın sosial problem olduğu diqqətə çatdırılsın. Dörd şahid iddialarını isbatlamadıqca müttəhim müqəssir hesab olunmur. Dörddən az mötəbər şəxsin şahidliyi hökm üçün kifayət etmir. Bəzi fəqihlər problemə aydınlıq gətirmək üçün DNT testlərini sübut olaraq qəbul edirlər. Dörd və ya çox şəxsin qarşısında edilən zina təkcə şəxsi ehtirası söndürmək aktı deyildir, həm də cəmiyyətdə şəri, alçaqlığı, əxlaqsızlığı təbliğ etməkdir.

Zina nikah müqaviləsinin pozulması deməkdir. ABŞ-da birinci evliliklərin yarıdan çoxu ilk iki il ərzində boşanma ilə başa çatır. Bunun əsas səbəbi tərəflərdən birinin digərini başqası ilə aldatmasıdır. İnsanların çoxu zinanı haram edən Quran və İncil təlimlərinə əhəmiyyət vermir. İncildə deyilir: "Sən zina etməməlisən!" Quran da bu əmri təsdiqləyir: "Zinaya yaxınlaşmayın!" Bu o deməkdir ki, haram olan təkcə zinanın özü deyil, həm də ona aparıb çıxaran hər şeydir. Bu səbəbdən zinaya aparan hər şey: xəlvəti görüşmələr, təhrikedici geyim, çılpaqlıq, əxlaqsızlıq, pornoqrafiya, alkoqol, narkotik maddələr islamda haram hesab olunur. Həm kişilər, həm də qadınlar elə geyinməlidirlər ki, təhrikedici hallardan qoruna bilsinlər.

Bəzi kişilər özlərinə nəzarəti itirir, günah işləyir, hətta təcavüzə yol verirlər. Cinsi əlaqə məsələsində istək və münasibətin "səs"i söz və məsləhətlərin "səs"indən yüksək çıxır. Cəmiyyət cinsi əlaqə məsələsinə hansı münasibəti bəsləməlidir? Bizim əxlaq konsepsiyamız nədir?

Əxlaq və mənəviyyat məsələlərində nümunələrə ehtiyacımız vardır. Düşünən yeniyetmələr cəmiyyətdəki paradokslar üzündən çaş-baş qalmışlar: bir tərəfdən, cə-miyyət seks və pul dalınca qaçır, filmlər və reklam lövhələrində seksə təşviq olunur, seksdən ticarət üçün istifadə edilir. Digər tərəfdən isə cəmiyyət nikahdan əvvəl cinsi əlaqəni dəstəkləmədiyini elan edir. Nəticədə fikir ayrılığı yaranır, gərginlik özünü göstərir. Əgər cəmiyyət davamlı ümumi təh-

rikçiliyə icazə verirsə, onda əxlaqsızlığa aparan ayrı-ayrı yolların qarşısını kəsə bilməz. Bir çox gənc liberal düşünür: sevmək istənilən şəxslə məsuliyyətsiz formada cinsi əlaqədə olmaqdan ibarətdir. Təbii ki, belə məsuliyyətsiz düşüncə tərzi təsadüfi cinsi əlaqələrə, boşanmalara qapı açır.

İkinci kurs tələbəsi 19 yaşlı Natali öz problemini belə izah edir:

"Mən və valideynlərim susma qanununa uyğun yaşayırıq: nə dərin məzmunlu suallar, nə də həqiqi cavablar! Əslində onlar həyatımda nələrin baş verdiyini bilmək istəmirlər. Mən də bunu onlara deyə bilmirəm. Mən hər kəs tərəfindən qəbul edilmiş əxlaqa sahib yaxşı qızam. Əvvəla, mənə məni dost kimi sevəcək oğlan tapmaq çətindir. Görüşə getmək xoşuma gəlir. İlk görüşlər həmişə xoşdur. Daha sonra oğlan tərəfdən təzyiqlər başlanır: səni alkoqol və marixuana olan gecələrə dəvət edir. Öz-özünə düşünürsən ki, onunla yatağa girəcəksən. Sənə deyirlər: "Əgər bunu etsən, dünya sənin üzünə gülümsəyəcək, etməsən, təkbaşına ağlamalı olacaqsan". Bu səbəbdən mən indi bakirəyəm, amma həm də gözüyaşlıyam" (Faber и Mazlish, 1982).

Faciə onda baş verir ki, bəzi uşaqlar pislə yaxşını ayırd edə bilmir. ABŞ-da QİÇS, narkotik maddələr və zorakılıq problemi vardır. Məktəblərdə gözəl əxlaq və dəyərlər öyrədilmədikcə bu problemlər həll olunmayacaqdır. Məktəblərdə tərbiyə işi ilə tamamlanacaq mənəvi-əxlaqi mühit yaradılmalıdır.

Ali dəyərləri möhkəmlədib təcrübədən keçirmək cəsarətinə sahib məktəblər sağlam cəmiyyət yaratmada hakimlər, məsləhətçilər, polis və sosial işçilər ordusundan daha üstündür.

İbrahimi təlimlər zinanı qadağan edir

Aşağıdakı hal bütünlükdə və ya qismən gənc nəsil arasında geniş yayılıb:
Oğlan > qız > başdan çıxarma və günaha batırma > nikahdan qabaq cinsi əlaqə > bakirəliyin itməsi və ismətsizlik > arzuolunmaz hamiləlik > abort və ya erkən boşanma ya da qeyri-qanuni uşaqlar və övladlığagötürmə > yoxsulluq və iztirab > ailə bağlarının qırılması > xəstəliklər > ölüm!

Əxlaqsızlıqla məşğul olan şəxs süzənək, herpes, sifilis və QİÇS-ə yoluxa, bu xəstəlikləri heç nədən xəbəri olmayan həyat yoldaşına keçirə bilər. Əgər həyat yoldaşı hamilədirsə, xəstəliklər uşağa da zərər vuracaqdır. Nəticədə uşağın kor və ya şikəst doğulması mümkündür. Əgər onlar QİÇS-ə tutulublarsa, onda kişi həyat yoldaşı və övladının, həm də özünün tədrici və ağrılı ölümünə görə məsuliyyət daşıyır.

Zina evlilikdən kənar doğulan uşaqlara dağıdıcı zərbə vurur. Bəzən kişi qadınla rəsmi nikahda olmadığını deyərək ana və uşaqların məsuliyyətini daşımaqdan imtina edir. Həmçinin ərini başqası ilə aldadan qadın hamilə qala bilir. O bunu vicdanından başqa hər kəsdən gizlədə bilər. Həmçinin mümkündür ki, uşaq həqiqi atası və qohumlarının kim olduğunu bilməsin. Bu səbəbdən əsil ata öz uşağının qayğısına qala bilmir. Qadın ərini aldatdıqda ər bəzən başqasının uşağına baxmalı olur. Onlar özlərinin saxta əməlləri ilə uşağın əsil ailəsini tanımaq hüququnu tapdalayırlar.

Yayılmış zöhrəvi xəstəliklərə, o cümlədən QİÇS-ə yoluxmuş qadın əri və uşaqlarının həyatını məhv edir. Həyat yoldaşını başqası ilə aldadan şəxsin əməlləri gec-tez aşkara çıxır. Bu da öz növbəsində uşaqlara, ailə və cəmiyyətə mənfi təsir göstərən boşanma ilə nəticələnir.

İslama görə, zina cəzası ancaq islam şəriəti məhkəmələrində kəsilə bilər. Ayrı-ayrı şəxslərin Şəriəti və qanunu özbaşına tətbiq etmələri qadağandır. Amma əllərində sübut

vardırsa, səlahiyyətli quruma müraciət etməlidirlər. Təəssüf ki, bəzi atalar əsəblərinə nəzarət edə bilmir, evlilikdən əvvəl hamilə qalaraq ismətsizləşən qızlarını "oğlan dostu" ilə birlikdə öldürürlər. Bəzi atalar isə qız övladını ismətini itirməsindən şübhələnərək öldürürlər. Qızın "oğlan dostu" isə cəzalandırılmaqdan çox vaxt qaça bilir.

Yeniyetmələr ciddi təzyiqlərlə qarşılaşırlar: bir tərəfdən, onları əxlaq normalarına əməl etməyə təşviq edirlər; digər tərəfdən isə onlar həmyaşıdlarına, KİV-ə qulaq asmaq məcburiyyətində qalırlar. Əgər onlar vicdanın səsinə qulaq assalar, problemlərdən qaça biləcəklər. Nikahdan əvvəl cinsi əlaqədə olan şəxslər işişdən keçdikdən sonra başa düşürlər ki, buna dəyməzdi. Bir neçə dəqiqəlik həzz ömürlük bədbəxtlik və kədərlə əvəzlənir. Elə də olur ki, gənclər evlilikdən əvvəl cinsi əlaqədə olmaq barədə verdikləri qərarı həyatlarının ən pis qərarı hesab edirlər. Hesab günü onlar Allahın qarşısında etdiklərinə görə cavab verməli olacaqlar.

Zinaya görə verilən cəzanın məntiqi əsası

Nikahdankənar cinsi əlaqənin – zinanın cinayət sayılması indiki dövrdə qulağa qəribə gələ bilər, amma islamda belədir. Çünki zinanın fərdi və ictimai həyata dağıdıcı təsiri vardır. Bunun fərqinə varmaq üçün insan təbiətini dərindən başa düşmək lazımdır. Dörd cəhətə (elementə) nəzər salaq: vəhy, məqsəd, təbiət və özlüyündə fəaliyyət.

Cəzalandırmada əsas məqsəd cəmiyyəti qorumaq, əmin-amanlıq yaratmaqdır. Əgər cinayət mülkiyyət və ya canla əlaqədardırsa, islam şəriəti baş verənləri sübut etmək üçün iki şahid tələb edir. Lakin zina aktı baş verdikdə dörd şahid tələb olunur. Nə üçün? Çünki zina onu edənlə məhdudlaşmır, təsiri cəmiyyətə də sirayət edir. Bu üzdən, heç olmazsa, dörd şahid tələb olunur. Zinanın dörd şəxsin gözü qabağında edilməsi günah və əxlaqsızlığın cəmiyyətdə yayılması deməkdir.

Günaha görə cəzalandırmaq, gizlində edilən işlərə qarışma-

maq və şərəfi qorumaq arasında balans yaratmaq çox vacibdir. Arzusuna çatmaq üçün gizlində günah etmək və açıq-aşkarda günah işləyib haramı yaymaq arasında fərq vardır. Aşkarda günah işləmək haramı ictimailəşdirir, insanların əmin-amanlıq və şərəfini təhlükə altında qoyur. İkinci xəlifə Ömər ibn Xəttabın başına gələnlər buna yaxşı misaldır. Bir dəfə xəlifə Ömər bir evin yanından keçəndə içib oxuyan insanların səsini eşitdi. Nəyin baş verdiyini öyrənmək üçün divarı aşıb içəri düşdü. Xəlifə içəridəkiləri cəzalandırmaq istəyirdi. Amma onlar bildirdilər ki, xəlifənin divarı aşıb onları pusmaq hüququ yoxdur. Səhvini başa düşən xəlifə onlara heç bir cəza vermədi.

Əgər zina aktını dörddən az şəxs görübsə, onlar böhtan və qalmaqal çıxarmaqda ittiham olunmamaq üçün gördüklərini danışmamalıdırlar. İslam günah və ayıbların cəmiyyətə car çəkilməsinə qarşıdır. Çünki belə olduqda günah və ayıblar vərdiş halına gəlir, tədricən cəmiyyət tərəfindən qəbul edilir.

Cinsi əlaqə ilə keçən xəstəliklər

Yeniyetmələr bəzən infeksion mononukleoz xəstəliyinə tutulurlar. Bu xəstəlik öpüşmə yolu ilə keçir, qaraciyərə təsir edir və xəstə bir neçə həftə yataqda qalır.

Cinsi əlaqə ilə keçən xəstəliklərə daxildir:

Süzənək. Bu xəstəlik nəticəsində qadın və kişi sonsuz qala bilir.

Qenital herpes. Xəstələrin tənasül orqanlarında davamlı şəkildə ağrılı suluqlar meydana gəlir.

Sifilis. Təxminən bütün orqanları zədələyir.

QİÇS (qazanılmış immun çatışmazlığı sindromu). Tədrici və ağrılı ölümlə nəticələnir. Xüsusi müalicə ilə xəstənin ömrünü bir neçə on il uzatmaq mümkündür.

Həyat yoldaşını başqası ilə aldatmayan namuslu qadın və kişilər yoluxucu zöhrəvi xəstəliklərə tutulmurlar. Zöhrəvi xəstəliklər bir neçə tərəf-müqabili olan subay şəxslər və ya evli olub həyat yoldaşını aldadan kəslər vasitəsilə yayılır. Keçən əsrin 40-cı illərində an-

caq iki zöhrəvi xəstəlik məşhur idi: sifilis və süzənək. Digərləri son dövrlərdə meydana çıxmışdır, müalicəsi çətindir. Herpes və QİÇS-in müalicəsi tapılmayıb. Bu xəstəliklərə tutulma qorxusu əxlaqsızlığın yayıldığı cəmiyyətlərdə fitrətdən – saf insan təbiətindən uzaqlaşma hallarına qismən mane ola bilir.

İbn Məsud rəvayət edir ki, Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:
"Əxlaqsızlığın meydana çıxdığı və geniş yayıldığı elə bir xalq yoxdur ki, aralarında taun və əvvəlki nəsillərə məlum olmayan digər xəstəliklər yayılmasın" (İbn Macə).

Həmçinin nikahdankənar cinsi əlaqə psixoloji-fiziki travmalara, uşaqlıq boynunun xərçənginə, yeniyetməlikdə arzuolunmaz hamiləliyə səbəb ola bilir.
Tənasül orqanları cinsi əlaqə üçün tam formalaşmayıbsa, müxtəlif növ zədələnmələr mümkündür. Bəzi belə zədələnmələrin mənfi təsirləri uzun müddət davam edir. Güman olunur ki, uşaqlıq boynunun xərçəngi çoxlu tərəf-müqabilləri ilə erkən cinsi əlaqə və nikotin nəticəsində yaranır (Cancer Research U.K.).
Keçən əsrin 60-cı illərində ABŞ-dakı seksual inqilab sağlamlığa qayğı xərclərini artırmışdır. Təkcə 1985-ci ildə 10 milyon xlamidioz, 2 milyon süzənək, 1 milyon itiuclu kondiloma, 500 min genital herbes, 90 min sifilis faktı qeydə alınmışdır. QİÇŞ vəbası isə qorxumuzu daha da artırır.

Uşaqlıq boynu xərçənginin risk faktorlarına tərəf-müqabillərin çoxluğu və siqaret çəkmə daxildir. Bu xəstəliyə tutulma riski olan qadınlar vaxtaşırı olaraq "pap-test" (sitoloji yaxma) analizi verməlidirlər. ABŞ-da sağalan zöhrəvi xəstəliklərə tutulma səviyyəsi digər inkişaf etmiş ölkələrdən daha yüksəkdir. Hər il 12 milyon insan, o cümlədən 3 milyon yeniyetmə yoluxur (Tibb İnstitutu, 1997).

“Gölfrend” – “boyfrend” münasibətləri

Azyaşlılar üçün oynadıqları uşaqların cinsi mühüm deyildir. Amma səkkizinci yaşdan sonra oğlanlar oğlanlarla, qızlar da qızlarla oynamağa üstünlük verir. 10-12 yaşlı uşaqlar çox vaxt “yaxşı dost” münasibətləri formalaşdırır, yeniyetməlik dövründə bu dostluğu qoruyub saxlayırlar (D’Oyen, 1996).

Uşaq böyüdükcə başqaları ilə dostluq etmək zərurətə çevrilir. Əgər ailədə hər şey yaxşıdırsa, uşağın öz atası, qardaşları, əmiləri və dayıları, əmi və dayı uşaqları ilə, gələcəkdə uşaqları ilə əlaqəsi möhkəm olacaqdır. Evli qadın digər qadınlarla, o cümlədən anası, bacıları, qohumları və qonşuları ilə dostluqdan mənəvi güc alır.

Səmimi dostluq, müəyyən qaydalara əməl edilərsə, uzun çəkir. Qohum və ya məhrəm (bir-biri ilə evlənməsi haram sayılan) olmayan oğlanlarla qızların xəlvəti yerlərdə birlikdə olmaları yolverilməzdir. Hər biri ciddi geyinməli, özlərini ciddi aparmalı, bir-biri ilə ədəb-ərkanla danışmalıdırlar. Bir çox ölkədə geniş yayılmış “gölfrend” və “boyfrend” münasibətləri, "intim dostluq" islamda qadağandır. Amma ailələrin məscidlərdə keçirilən görüşlərdə iştirakı, qarşılıqlı dostluq ziyarətləri oğlanlar və qızların ədəb-ərkan çərçivəsində fikir mübadiləsi etmələrinə və vaxtlarını faydalı keçirmələrinə imkan yaradır.

Bir çox ölkədə qızlar və oğlanların birlikdə gəzməyə çıxması, nikaha qədər bir neçə oğlan və qızla görüşməsi geniş yayılıb. Onlar səhvən elə düşünürlər ki, nikahdan əvvəl cinsi əlaqədə olmaq onların evliliyi üçün yaxşıdır. Və ya elə zənn edirlər ki, yaxşı həyat yoldaşı tapmaq üçün bir neçə tərəfmüqabilini "yoxlamaq" lazımdır. Ya da onlar bu yolla əylənib şənlənmək istəyirlər. Bəzən də elə olur ki, rəsmi nikaha girmədən ər-arvad kimi eyni evdə yaşayırlar. Elə də olur ki, evlənməyə qərar verməzdən əvvəl uşaqları dünyaya gəlir, ya da heç evlənməmək qərarına gəlirlər.

Ciddi problemlərə səbəb olduğu üçün münasibətlərin bu modeli dinlərin çoxunda haram sayılır. Təəssüf ki, gəncləri bu cür münasibətlərə cəlb edən amillər günü-gündən artır. Televiziya reklamları, filmlər, internet və məktəb kitabları bu qənaəti aşılayır ki, kiminsə "oğlan"ı və ya "qız"ı yoxdursa, deməli, nə isə yerində deyil! Bəzi doq-quzyaşlı şagirdlər özlərini böyüklər kimi aparırlar; qarşı cinslə etdiklərini fəxrlə danışır, sanki, yaxşı günlər keçirdiklərini başqalarına göstər-mək istəyirlər. Onlar başqa uşaqları onlara qoşulmadıq-ları təqdirdə keçmiş dəbli və axmaq olduqlarını düşünməyə vadar edirlər.

Qarşı cinslə aktiv münasibətə erkən cəlb olunan gənclər çox vaxt problemli ailələrdən çıxırlar. Onların ya valideynləri

boşanmışdır, ya da evdə sevgi və şəfqət atmosferi mövcud deyildir. Bu səbəbdən onlar qarşı cinsin nümayəndələri ilə dostluq, öpüş, təmas, yaxınlıq və söhbət axtarışına çıxırlar. Bu təhlükəlidir, çünki hisslər asanlıqla nəzarətdən çıxa bilir və tərəflər hazır olmadıqları halda cinsi əlaqəyə girirlər.

Yeniyetmə özünə "qız-dost" seçirsə, müsəlmanlara görə, belə qız paltar kimi "istifadə olunur". Onlar evlilikdən əvvəl cinsi əlaqədə olarsa, bakirlik və bakirəlik itir. Bir çox ənənəvi cəmiyyətlərdə evlilikdə qızın bakirəliyi çox mühümdür; bakirəliyini itirmiş qız yaxşı ər tapmaq üçün problemlərlə qarşılaşır.

İslam həm kişilər, həm də qadınlarda özünənəzarət və iffət məsələsinə böyük əhəmiyyət verir. Müsəlman ölkələrinin çoxunda valideynlərin əksəriyyəti öz qızlarını başqaları ilə gəzən, çoxlu məşuqə saxlayan şəxslərə ərə vermir. Onlara görə, belə şəxs öz həyat yoldaşından bezib ona ata, onu başqası ilə aldada, onunla pis davrana bilər.

Təsadüfi cinsi əlaqələr hamiləliklə nəticələnə bilər, odur ki hamiləlik əleyhinə vasitələr çox vaxt effektli olmur. Nikahdankənar cinsi əlaqədən hamilə qalmaq həm qız, həm də gələcək övladı üçün faciə, ailəsi üçün isə rüsvayçılıqdır. Analıq hətta ailəsi olan böyük qadın üçün məsuliyyətli və məşəqqətli işdir. Valideyn olmağa hazır olmayan 11 yaşlı qız və 14 yaşlı oğlan isə bu yükü heç çəkə bilməzlər. Onlar bilik, psixoloji və iqtisadi baxımdan formalaşmayıblar, odur ki istənilən səviyyədə ailə qurmağı bacarmayacaqlar. Bu, yeniyetməlik yaşına yenicə qədəm basmış oğlana qarşı ədalətsizlikdir. Adətən o, qorxur və uşağın atası olduğunu inkar edir. Bundan sonra qızla əlaqəsi kəsilir, onu çağası ilə tək qoyub gedir. Bununla da, uşaq ata sevgisi və qayğısından məhrum qalır.

Liberal cəmiyyətlərdə valideynlər qızları ilə nə etsinlər? Onlar görürlər ki, qızları böyüdükcə oğlanlara göz qoyur, məhəllədəki "ehtiraslı" oğlanlardan danışırlar. Valideynlər qızlarının qeyri-qanuni cinsi əlaqə haqqında ilk dəfə danışdıqlarını eşitdikdə əsəbiləşirlər. Qızı ilə cinsi əlaqədə olacaq oğlanı düşündükdə valideyn özündən çı-

xır. Belə oğlan onun nəzərində təcavüzçü bədheybətdir.
Zəruridir ki, qız ata sevgisi ilə əhatə olunsun. Qıza özünəhörmət, məsuliyyət və əxlaq dəyərləri öyrədilməlidir. Ona görə ki, rastlaşdığı ləyaqətsiz kişinin təsiri altına düşməsin. Əgər valideynlər qıza hisslərini onlarla bölüşməyi öyrədiblərsə, o onlara oğlanlara olan marağı haqqında danışacaqdır. Bununla yanaşı, valideynlər qıza konkret situasiyalarda necə cavab verməyi öyrətməlidirlər. Məsələn, qız ona meyl salmış oğlanın istəyinə tabe olmaq əvəzinə, inam və qətiyyətlə: "Olmaz!" – deyəcəkdir.
Valideynlər qızlarına "eşq" haqqında yayılmış yalanları izah etməlidirlər. Çox vaxt oğlanlar qızları, bəzi qızlar da oğlanları aldatmağa cəhd göstərirlər. "Yaxşı" qız cinsi əlaqəyə olan meylini sevgi kimi qiymətləndirə bilir. Nəticədə, yeniyetmə qızlar romantikliyə meyl edir, oğlanların "yağlı" dilinə inanırlar. Sevgi sözləri qız tərəfindən sevgi aktı kimi qiymətləndirilə bilir. Qız elə hesab edir ki, o nə hiss edirsə, oğlan da onu hiss edir. Halbuki oğlanlar qızlardan fiziki və psixoloji baxımdan fərqlidirlər. Oğlan sevmədən sevişə bilir. O, cinsi enerjini "sərf etmək" axtarışına çıxır, qızın kim olmasına fikir ver-mir. Oğlan hissi bağlılıq hiss etmədən qızla cinsi əlaqədə olmaq barəsində düşünür. Belə düşüncəni oğlanlar üçün tanınan "İstədiyin kimi əylən, amma qızı evə gətirmə!" imtiyazı doğurmuşdur.
Qız istifadə olunmağa şərait yaratmamalıdır. Oğlan da qızdan şəhvətini söndürmək üçün istifadə etməməlidir. Onlar bilməlidirlər ki, cinsi əlaqənin ciddi qaydaları vardır. Qız oğlanı təhrik etməməli, oğlan da qıza təzyiq göstərməməlidir. Oğlan bəzən şəhvətinə o qədər düşkün olur ki, qız rəfiqəsinin fikrini soruşmadan, görəcəyi işin məsuliyyətini fikirləşmədən "sərhəd"i aşa bilir.

Uşaqlar uşaq dünyaya gətirir: islama görə abort və övladlığagötürmə

Nikahdankənar cinsi əlaqə hamiləliklə nəticələnə bilir. Hamilələlik əleyhinə vasitələrə

baxmayaraq, evli olmayan qızlar çox vaxt hamilə qalırlar. Nikahdankənar hamiləlik yeniyetmə qızlar üçün faciədir. Fiziki travma ilə yanaşı, qız iki bədbəxtlikdən birini seçməli olur: ya abort, ya da qanunsuz doğulan uşaq anası olmaq. Belə hadisələr nadir deyildir: ABŞ-da hər il bir milyon yeniyetmə qız nikahdankənar hamilə qalır.

Axır ki etiraf etdi…

1962-ci ildə Liverpul universitetində oxuyurdum. Həmin dövrdə yerli qızlarla (müsəlman deyildilər) tez-tez görüşə çıxan bir müsəlman dostum vardı. Bu cür görüşmələrin zərərli tərəfləri haqqında onunla dəfələrlə mübahisə etsəm də, faydası olmamışdı. Üç il davam edən görüşmələrdən sonra o mənə dedi: "Bilirsənmi, evləndiyində çox xoşbəxt olacaqsan. Çünki zifaf gecəsi sən bakir, həyat yoldaşın isə bakirə olacaqdır. Bu həyatdakı ilk cinsi əlaqəniz olacaq. Bunun mükafatı fərqli və dəyərli olacaq.
Mənə gəlincə, yatdığım qızlardan biri ilə evlənəcəyəm və cinsi əlaqə mənim üçün xüsusi və fərqli şey olmayacaqdır".

Amerikalı yeniyetmə qızın nəzərində hamilə qalmaq nə olan şeydir? Belə qızların ancaq 50 faizi orta məktəbi bitirir, 50 faizi də sosial ianələrdən asılı olur. Onların öz uşaqları ilə kobud davranmaq ehtimalı çox yüksəkdir. Qızları böyüdükdə anaları kimi onların da 82 faizinin yeniyetməlik dövründə hamilə qalmaq ehtimalı vardır.
Hər il ABŞ-da yeniyetmə-anaların sağlamlığı və dolanışığı üçün milyardlarla dollar xərclənir.

“Qeyri-qanuni uşaq” deyilən şey yoxdur, əksinə, qeyri-qanuni valideynlər və günahsız uşaqlar vardır!” (Weiss, 2007)

Abort

İş-işdən keçmişdir: valideynlər qızlarının hamilə olduğunu öyrənmişdilər. Onlar nə etməlidirlər? Müdriklik odur ki, valideynlər DNT yoxlamaları ilə uşağın atasının kimliyini müəyyənləşdirsinlər. Daha sonra həmin şəxsi məcbur etməlidirlər ki, qızları ilə evlənib onu xoşbəxt etsin!

Uşağının qayğısına təkbaşına qala bilməyəcəyini dərk edən hamilə yeniyetmə çıxış yolunu abortda görür, vaxt itirmədən embrionu bətnindən çıxaracaq həkim axtarmağa başlayır. Bəziləri hesab edir ki, abort məqbuldur, çünki embrion ilk bir neçə ayda hələ insan halına gəlməyib. Sperma yumurta hüceyrə ilə birləşdiyi andan embrion (döl) canlı sayılır. Mayalanmış yumurta hüceyrə inkişaf edərək insan formasını alır. Quranda dolayısı ilə, hədislərdə isə açıq şəkildə göstərilib ki, embriona hamiləliyin dördüncü ayı-

nadək ruh üfürülmür. Əgər dördaylıq hamilə olan qadının uşağı bətnində müəyyən səbəblərə görə ölərsə, ona ad qoyulmalı, layiqincə dəfn olunub cənazə namazı qılınmalıdır.

İslam insan həyatına ehtiram göstərməyi öyrədir. Hər bir kəsin yaşamaq haqqı vardır. Amma sərt cəzalandırma tələb edən cinayətləri işləyənlər istisnadır. Bu, yaşamaq hüququ adlanır və onu bizə bizi yaradan Allah vermişdir. Bu səbəbdən müsəlman alimlərinin çoxuna görə, ciddi səbəblər olmadan abort etdirmək cinayət sayılır. Çünki abort gücsüz və günahsız canlını öldürməkdir.

Qadına abort etməyi icazə verən yeganə situasiya hamiləliyin qadının həyatına təhlükə yaratmasıdır. Bəzi fəqihlərə görə, bu səbəblərə həmçinin zorlama və məhrəmlərin təcavüzü daxildir. Belə sərt məhdudiyyətləri embriona ruh üfürüldükdən sonrakı mərhələyə aid edən, ilk dörd ay ərzində isə digər səbəblərdən abort etdirməyə icazə verən fəqihlər də vardır. Lakin islam hər bir halda aborta qarşıdır, dörd aydan sonra abortu qadağan edir. Abort müstəsna hallarda icazəlidir; ananın həyatı təhlükədədirsə, ailənin namusu ilə əlaqəli ciddi problemlər baş verməsin deyə, anamı, uşağı və bütün ailəni dəhşətli psixoloji və sosial təzyiqlərdən qorumaq üçün aborta icazə verilmişdir.

Abort hər nə qədər bəzi məzhəblərə görə müstəsna hallarda icazəli olsa da, artıma nəzarət etmək, planlaşdırılmamış hamiləliyə görə əlavə xərclərdən qaçmaq adına abort etdirmək qadağandır.

İslamda övladlığagötürmə

Əgər böyüklər uşaqlarının zina etməməyi üçün əllərin-dən gələni etmələrinə baxmayaraq, qeyri-qanuni nəvələri dünyaya gələrsə, nə etməlidirlər? Bir çox valideyn belə vəziyyətdə qızlarının rüsvayçı hərəkətlərinə görə xəcalət çəkir, nikahdankənar doğulmuş uşağın qayğısına qalmaq istəmirlər. İslam bu vəziyyətdə anaya övladlığagötürmə üçün uşağından imtina etmək icazəsi verir. İslam həm də yetimlərin himayə olunmağı üçün övladlığagötürməyə təşviq edir. Amma yetimin əsil

ailəsinin kim olduğunu öyrənmək lazımdır. Ərdə olmayan qadın övladlığagötürmə üçün imtina etdiyi uşağını, mümkündür ki, bir daha görə bilməsin. Amma o həmişə uşağı haqqında düşünür. Uşaq da böyüdükcə dərk edir ki, övladlığa götürülüb, odur ki bioloji valideynləri və ailəsi ilə maraqlanmağa başlayır.

Övladlığa verilmiş uşaqların heç də hamısı yaxşı ailələrə düşmür. Bəziləri heç övladlığa götürülmürlər. Onlar yetim evlərində böyüyür, ya da bir qayğı mərkəzindən digərinə ötürülürlər.

Bəzi cəmiyyətlərdə qeyri-qanuni uşaqları qəbul etmir, onlarla pis davranırlar. Bu cür pis rəftara məruz qalan uşaqlar çox vaxt problemli böyüyürlər.

Övladlığa götürülmüş uşağa onu övlad götürmüş atanın soyadını vermək olarmı? Quran əsil-nəsəb məsələsinə xüsusi əhəmiyyət verir və həqiqi kimliyin dəyişdirilməsini qadağan edir.

> *"Allah ...oğulluğa götürdüklərinizi sizə doğma oğul etməmişdir. Bunlar sizin dediyiniz boş sözlərdir. Allah doğru deyir və (bəndələrini) doğru yola gətirir!" (əl-Əhzab, 4).*

Hər bir insana bioloji atasının adı qoyulmalıdır:

> *"Onları (əsil-nəsəbləri bilinsin deyə) öz atalarının adları ilə çağırın. Bu, Allah yanında daha düzgündür. Atalarının kim olduğunu bilməsəniz, onlar sizin din qardaşlarınız və yaxınlarınızdır..." (əl-Əhzab, 5).*

Əgər övladlığa götürülmüş uşağın bioloji atası məlum deyildirsə, Quran bildirir ki, uşağın din qardaşları və bacıları, yaxın dostları vardır və o, ailənin adını özünə götürə bilər. Əsas problem adda deyildir, əksinə, uşağın hörmət-izzət qazanması və qəbul edilməsi üçün dəstək görməsindədir. Qardaşlıq prinsipini möhkəmləndirmək üçün Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* oğulluğu Zeyd ibn Harisədən boşanmış bibisi qızı Zeynəblə evlənməklə nümunəvi hərəkət etmişdir.

“(Ya Peyğəmbər!) Xatırla ki, bir zaman Allahın (islam dininə yönəltməklə) nemət verdiyi və sənin özünün (köləlikdən azad etməklə) nemət verdiyi şəxsə (Zeyd ibn Harisəyə): “Zövcəni (Zeynəb bint Cəhşi) saxla (boşama), Allahdan qorx!” – deyir, Allahın aşkar etdiyi şeyi (Zeynəbin boşanacağı təqdirdə onu almağın haqda sənə nazil olan vəhyi) ürəyində gizli saxlayır və adamlardan (onların Peyğəmbər oğulluğunun boşadığı övrətlə evlənir, – deyəcəklərindən) qorxurdun. Halbuki əslində sənin qorxmalı olduğuna ən çox layiq Allahdır. Zeyd zövcəsi ilə əlaqəsini kəsdikdə səni onunla evləndirdik ki, oğulluqları övrətlərini boşadıqları zaman onlarla evlənməkdə möminlərə heç bir çətinlik (günah) olmasın! Allahın hökmü mütləq yerinə yetər!” (əl-Əhzab, 37).

Cahiliyyət dövrünün soykökü gizlətmə təcrübəsi ilə XXI əsrdə övladlığa götürülmüş uşaqlara ögey atanın soyadının verilməsi praktikası arasında oxşarlıq vardır. Belə hallara son vermək, uşaqları əsil atalarının – əgər məlumdurlarsa – soyadı ilə çağırmaq lazımdır. Əsas olanı atasız uşağa yaxşılıq etmək, hüquqlarını qorumaqdır.

Homoseksuallıq və valideynlər

Homoseksual o kəsdir ki, həmcinslərini seksual olaraq özünə cəzb edir, onlara meyl göstərir, onlarla cinsi əlaqədə olur. Homoseksual şəxs əks cinsə meyl göstərmir. Heteroseksual isə əks cinsin nümayəndələrinə meyl edən, onlarla cinsi əlaqədə olan şəxsdir. Başqa qadınlarla cinsi əlaqədə olan qadın lezbiyan adlanır. Gey (ibnə) isə bir-biri ilə cinsi əlaqədə olan kişilərə deyilir.

Biz burada bəşəriyyət üçün mənəvi-əxlaqi əhəmiyyət daşıyan mühüm problemdən danışmaq istəyirik. Biz homoseksuallığa, yayılmasına qətiyyətlə qarşı çıxır, amma bir insan olaraq homoseksuallara düşmən deyilik. Çünki insanlara nifrət deyil, hörmət bəsləməliyik. Əsas məqsədimiz homoseksuallığın vəhy təlimləri tərəfindən rədd edilib, dünyəvi (sekulyar) qanunla-

rın isə leqallaşdırdığı bir dövrdə homoseksual uşaqları olan valideynlərə kömək etməkdir.

Quran homoseksuallığı haram sayır:

> *"Doğrudanmı siz bəşər övladından yalnız erkəklərlə yaxınlıq edirsiniz?*
> *Və rəbbinizin sizin üçün yaratdığı qadınlarınızı tərk edirsiniz? Siz həddi aşan bir camaatsınız!" (əş-Şüəra, 165-166).*

Bu, valideynlərin üzləşə biləcəyi ağır və sıxıntılı problemdir. Bəzən elə olur ki, valideynlər öz vəzifələrini düzgün yerinə yetirsələr də, oğullarının homoseksual olduğunu aşkara çıxarırlar. Bu vaxt onlar nə etməlidirlər? Əgər yeniyetmə oğlanda homoseksuallıq əlamətləri üzə çıxarsa, valideynlər onunla ehtiyatla davranmalı, aidiy-yəti tərəfdən kömək istəməlidirlər.

Homoseksuallıq valideynlər üçün mürəkkəb məsələdir. Bəziləri elə hesab edir ki, bu mövzuda nə qədər az bilsən, bir o qədər yaxşıdır. Təbii ki, valideynlər oğlanlarının oğlan, qızlarının da qız kimi böyüdüyünü gördükdə qürur hissi keçirirlər. Yox, əgər homoseksuallıq faktı mövcuddursa, onu inkar etmək olmaz. Bu gün ABŞ-da 10 milyon homoseksual yaşayır (Smith və digər həmmüəlliflər, 2001). Onlar nə vaxt isə uşaq idilər və sayları hər gün artır.

Homoseksuallar daha çox hüquq əldə etmək üçün fəal surətdə mübarizə aparırlar. Onlar etiraz yürüşləri keçirir, azadlıqlarını məhdudlaşdıran qanunları dəyişdirməyə cəhd edirlər. Artıq ictimai yerlərdə kişilərin kişilərlə öpüşməsinə,

qadın paltarı geyinməsinə rast gəlmək mümkündür. Sonunculları transvestit adlandırırlar. Transvestitlərin çoxu heteroseksual olsa da, "geylərin hüququ" hərəkatı transgender problemini də gündəmə gətirmişdir. Bəzi ölkələr və ABŞ ştatlarında kişilər kişilərlə, qadınlar qadınlarla evlənə bilirlər. Belə homoseksual cütlüklər cəmiyyət tərəfindən normal qəbul olunmalarını tələb edirlər. Düzdür, onların uşaqları olmur, amma bəzən övladlığa uşaq götürürlər. Homoseksuallar onların davranışlarını tənbeh edən hər kəsi homoseksuallardan qorxduqları üçün "homofob" adlandırırlar.

Keçən əsrin 60-cı illərində ABŞ-da hamiləlik əleyhinə həblərin meydana çıxması, abortların leqallaşdırılması, populyar psixologiyanın öyrədilməsi – bütün bunlar seksual inqilab adlandırılan şeyə gətirib çıxarmışdı. Daha liberal cəmiyyətlərdə insanlar təkidlə bildirirdilər ki, istədikləri şəxslə cinsi əlaqəyə girməkdə sərbəstdirlər; onların evli və ya subay, qarşı tərəfin də kişi və ya qadın olmağının əhəmiyyəti yoxdur; cəmiyyət hər kəsin cinsi meyllərinə ehtiramla yanaşmalıdır. Bir çox insan bu ideyaları qəbul etməyə başladı. Nəticədə bəzi ölkələrdə homoseksuallara qarşı ayrı-seçkilik qanunla qadağan olundu.

Bir insan necə homoseksual olur? Bir çox nəzəriyyə mövcuddur. Bu nəzəriyyələr homoseksuallığın anadangəlmə, yoxsa qazanılan davranış olmağı haqqındadır. Keçən əsrin 70-ci illərinədək mütəxəssislərin çoxu seksuallığı əqli xəstəliyin bir növü və sapqınlıq hesab edirdi. Tibbi təcrübə göstərir ki, anaları zəif, sərt və soyuqqanlı olan oğlan uşaqlarının bütün qadınlara, ataları tərəfindən pis münasibət görmüş qızların da bütün kişilərə nifrət bəsləmələri mümkündür. Bu hal onların nə üçün həmcinslərinə meyl etdiyini izah edir. 90-cı illərdə davranışlar üzrə bəzi həkim və psixoloqlar belə bir nəzəriyyəni inkişaf etdirməyə başladılar ki, homoseksuallıq seksual oriyentasiyanın normal variasiyasıdır. Onlar homoseksuallıq geninin mövcud olduğunu və bu xüsusiyyətin irsən ötürülə bildiyini iddia edir, sübut üçün homosek-

sualların çoxluq təşkil etdiyi bəzi ailələri göstərirdilər. Amma bu məsələ mübahisəlidir, çünki buna tərbiyə üsulu da səbəb ola bilər. Bununla yanaşı, bəzi heyvanlar arasında homoseksuallıq hallarına dair nadir faktlar aşkara çıxarılmışdı. Bəzi mütəxəssislərə görə, bu hal insanlar arasında da normaldır. Amma bizə görə bu, qəribə isbatlama üsuludur. Çünki belə bir sual verə bilərik: Məgər heyvanların hərəkətləri insan davranışlarını müəyyən edən barometr rolunu oynayır?! Yoxsa, vəhşi heyvanların hərəkətləri insanın müəyyən davranışının cəmiyyətdə qəbul edilməsinə əsas verir? Bəlkə, insanlar heyvanları davranış modeli olaraq seçirlər?!

Şübhə yox ki, bəşəri dəyərlər heyvanların davranışları əsasında təsis edilmir. Çünki insan heyvandan fərqlənir. Allah insanı digər canlılardan üstün yaratmışdır.

Aşağıda homoseksuallığın bəzi mümkün səbəbləri göstərilmişdir. Genetiklərin öz izahları vardır. Amma təcrübə, ətraf mühit, münasibətlərin formalaşması məsələləri – bütün bu amillər də xüsusi təsir və əhəmiyyətə sahibdir:

– Dostluğa dair şübhələr. Həmcins dostlarına son dərəcə bağlı olan gənclər homoseksuallıq haqqında eşitdiklərində çaşbaş qalır, dostları ilə münasibətlərini hesaba çəkməyə başlayırlar: onlar da homoseksual və ya lezbiyandırlarmı? Qız öz yaxın rəfiqəsini elə sevə bilər ki, onu qucaqlamaq və ya öpmək istəyər. Mümkündür ki, o bu hisslərinə görə özünü müqəssir hesab etsin. Elə düşünə bilər ki, həmin hisslər seksual hisslərlə əlaqəlidir. Əgər o bu hisslərin təsiri ilə özünün lezbiyan olduğunu düşünərsə, rəfiqəsini onunla cinsi əlaqəyə razı salmağa cəhd göstərə bilər. Bu problemi həll etmək üçün uşaqlara adekvat cinsi təhsil vermək lazımdır.

– Uşaqlara qarşı sevgi azlığı. Valideynləri və ya qohumları ilə sıx əlaqədə olmayan yeniyetmələr istəyirlər ki, kimsə onları sevsin. Əgər onların yeganə dostu eyni cinsdəndirsə, ona toxunmaq və onu qucaqlamaq ehtiyacı həya hissinə üstün gəlir, nəticədə cinsi əlaqə baş verir. Bu problemi həll etmək üçün profilaktik

addımlar atılmalıdır: hələ körpəliyindən uşağı sevmək, ona şəfqət bəsləmək lazımdır. Sevgi və şəfqət hissləri ailənin bütün üzvləri arasında həmişə mövcud olmalıdır. Belə olduqda insan ailədə sevgi tapır, onu başqa yerdə axtarmır.

– Azyaşlıların əxlaqını pozma. Bəzi gənclər azyaşlıları istismar edir, iradələrinin əksinə olaraq onlarla oynaşırlar. Uşaqlar da tədricən buna alışırlar. Həmcinsləri ilə cinsi əlaqəyə girən 2881 kişi üzərində aparılmış eksperiment göstərmişdir ki, onların beşdə biri uşaqlıqda cinsi dilxoşluğa məruz qalıb (Pol və digər həmmmüəlliflər, 2001).

Bu halın qarşısını almaq üçün valideynlər uşaqlarını daima nəzarətdə saxlamalı, onların kimlərlə oturub-durduğuna diqqət yetirməlidirlər.

– Anormallıq. Bəzi insanlarda anadangəlmə kişilik və qadınlıq hormonu çatışmazlığı vardır. Və ya onlar bu çatışmazlıqdan irəli gələn bəzi nadir xəstəliklərə tutulurlar ki, nəticədə özlərini normal kişi və ya qadın kimi apara bilmirlər. Hormonlar orqanizmin müxtəlif üzvlərində istehsal olunan, qadın və kişi cinsinin fiziki xüsusiyyətlərini tənzimləyən kimyəvi maddə-lərdir. Bu hormonlar kişilik (bığ və saqqalın çıxması, əzələlərin inkişafı, döyüşmək və özünü göstərmək istəyi və s.) və qadınlıq (məsələn, sinənin böyüməsi, uşaqları qucaqlamaq istəyi və s.) xüsusiyyətlərinə təsir göstərir. Kişilik hormonları çatışmayan gəncin, mümkündür ki, saqqalı çıxmasın, səsi qalınlaşmasın, özünü daxilən kişi hesab etməsin.

Problemin həlli tibbi müalicədir.

– Gec ailə qurmaq. Vaxtında ailə qurmayan kişi və qadınlarda cinsi istək çox ola bilir. Onlar bu istəyi alternativ yollarla təmin etməyi düşünürlər. Odur ki gəncləri vaxtında evlənməyə təşviq etmək lazımdır. Çünki bu onların hüququdur. Valideynlərin borcu bu işdə övladlarına kömək etməkdir.

Uşağında homoseksual meyllərin olduğunu öyrənən valideynlər səbirli davranmalı, onun vəziyyətini başa düşməli, dərhal mütəxəssis köməyinə müraciət etməlidirlər. Belə vəziyyətdə valideynlərin həmin övlada qarşı nifrət duyması yolverilməzdir.

Homoseksuallara qarşı ayrı-seçkilik qanuna zidd olsa da, onların homoseksual hərəkətlərini qəbul etmək vacib deyildir. Onları, əməllərini tənqid etmək mümkündür. Çünki hər kəsin razılaşmamaq hü--ququ vardır. Həmçinin qanun homoseksualların hüquqlarını qoruduğu kimi, dini etiqad azadlığını da himayə edir.

Valideynlər homoseksuallıqla əlaqəli hüquqi məsələləri bilməlidirlər. Məsələn, ABŞ qanunvericiliyi seksual oriyentasiya, irq, dil, milli mənsubiyyət ayrı-seçkiliyini qadağan edir.

Bir çox ölkədə uşaqlara belə bir mesaj ötürülür ki, homoseksual olmaq qəbul olunandır. Bununla da, normalla anormal arasındakı sərhəd ləğv edilir.

Həmçinin uşaqlara tövsiyə olunur ki, qadağaları nəzərə almasınlar, ehtiraslarının arxasınca getsinlər.

Valideynlərdən xahiş edirik ki, övladlarına homoseksuallığın yanlış davranış olduğunu izah etsinlər. Əgər müəllimlər onların övladlarını bu işə təşviq edirlərsə, valideynlər müdaxilə etməlidirlər.

Kişi kişi olmalıdır!
O, qadınlara hörmət etməli, zəiflərin müdafiəsinə qalxmalı, bədənini göstərməməlidir.
Qadın qadın olmalıdır!
O, ciddi geyinməli, baxışlarını aşağı dikməli, özlərini nalayiq aparan kişilərdən şərəf-namusunu qorumalıdır.

İslamda cinsi tərbiyə

İslam təsdiqləyir ki, Allah Təala cinsi tələbatı həyatımızın bir parçası olaraq yaradıb. Quran və Sünnədə cinsi əlaqə mövzusu layiqli şəkildə müzakirə olunur, ailə həyatına aid məsələ olaraq nəzərdən keçirilir. İslama görə, qadın (eləcə də kişi) təkcə cinsi həzz

obyekti deyildir. Nikahdankənar cinsi əlaqə böyük günah sayılır. Ər-arvad arasındakı cinsi münasibət tərifəlayiq əməl hesab olunur, insanı Allaha yaxınlaşdıran ibadət forması kimi qəbul edilir. Cinsi əlaqədən bəhs edən islam qanunları dəyişməzdir, aydın və təbiidir, sosial təzyiq və ya dəyərlərin aşınması ilə qüvvədən düşmür.

İzdivacda bakirəliyin olması üstün keyfiyyətdir. Halbuki bəzi cəmiyyətlərdə bu hal naqislik hesab olunur.

Kişi və qadın arasında cinsi əlaqədən bəhs edən bəzi ayələrə toxunaq:

"Məgər sizi bir qətrə zəif sudan (spermadan) yaratmadıqmı?!
Biz onu möhkəm bir yerdə (ana bətnində) saxladıq,
Müəyyən bir vaxta qədər.
Biz (spermadan insan yaratmağa) qadir olduq. Nə gözəl qadir olanlarıq Biz!"
(əl-Mürsəlat, 20-23);

"Zinaya da yaxın düşməyin. Çünki o, çox çirkin bir əməl və pis bir yoldur!"
(əl-İsra, 32).

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* evli cütlüklərin cinsi əlaqəsini savab gətirən əməl kimi təsvir etmişdir. O bir dəfə demişdi: "Biriniz həyat yoldaşı ilə yatdıqda savab qazanır." Səhabələr təəccüblənmişdilər: "Ey Allahın rəsulu, bizdən kimsə şəhvətini yatırdıqda savabmı qazanır?" Peyğəmbər cavab vermişdi: "Əgər insan bunu haram yolla edərsə, günah qazanmazmı? Eləcə də halal yolla etdikdə savab qazanır" (Müslim).

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* öyrədirdi ki, ər və xanımı arasındakı cinsi əlaqə sirdir, onu kiməsə danışmaq olmaz:

"Qiyamət günü Allahın nəzərində ən böyük xəyanət zövcəsi ilə cinsi əlaqəyə girdikdən sonra ərin baş verənləri insanlara danışmağıdır" (Müslim).

Həzrəti Aişə demişdir:

"Peyğəmbərlə eyni örtük altında ikən aybaşım başlandı. Bu üzdən kənara çəkilib aybaşı paltarımı götürdüm. Soruşdu: "Nə olub sənə, aybaşı olmusanmı?" Dedim: "Bəli." Məni yanına çağırdı, mən də

onun yanına getdim" (Buxari və Müslim).

Ər və xanımı Quranda bir-birinin libası kimi təsvir olunublar: "Onlar sizin, siz də onların libasısınız". Paltar şəxsi əşya hesab olunur, bədənə çox yaxındır. Deməli, ər və xanımı da bir-birinə yaxın olmalıdırlar. Paltar bizi qoruyur, həyalı olduğumuzu ifadə edir. Ər və xanımı da bu cür olmalıdır. İstədiyimiz vaxt paltarı geyinə bilirik. Ər-arvad da bir-biri üçün əlçatan olmalıdırlar. Həmçinin geyim insana gözəllik verir, deməli, ər və xanımı bir-birinə gözəllik bəxş etməlidirlər.

Cinsi əlaqə sevginin ifadəsidir, biri digərini tamamlayır. Kişi intim həyatla əlaqəli məsələləri, xüsusən nəyi xoşlayıb xoşlamadığını həyat yoldaşına öyrətməlidir. Ər həyat yoldaşını digər qadınlarla müqayisə etməməlidir. Qadın da ərini məmnun etmək üçün eyni şeyləri etməlidir. Qadınlar başa düşməlidirlər ki, ərlərinin cinsi ehtiyacları onlarınkından fərqlənir. Cinsi əlaqə zamanı passiv qadın olmaq əvəzinə sevimli və aktiv tərəf müqabili kimi çıxış etmək lazımdır. Gizli deyildir ki, kişilər evdən kənarda şirnikdirici hallarla qarşılaşırlar. Elə isə qadın ərini razı salmalıdır ki, kənar təsirlərə məruz qalıb xanımını başqası ilə aldatmasın. Əks halda, ailələr dağılır. Həmçinin kişi həyat yoldaşının ehtiyaclarını ödəməli, onu razı salmalıdır.

Sünnədə ər və xanımı arasında intim təcrübənin detalları izah olunur. Bu ona görədir ki, tərəflər maksimum dərəcədə bir-birini məmnun etsinlər. İslamda anal cinsi əlaqə qəti surətdə qadağan olunub. Oral cinsi əlaqənin qadağan edilməsinə dair Quran və hədislərdə heç bir məlumat yoxdur. Tənasül orqanları təmiz saxlanılmalı, cinsi əlaqədən sonra qüsl (duş) alınmalıdır.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Sizdən kimsə həyat yoldaşının üzərinə heyvan kimi atılmasın. Əvvəlcə, aranızda "elçi" olsun." Soruşdular: "Elçi nə olan şeydir?" Dedi: "Elçi öpüş və oxşamadır" (Zübeydi və İraqi).

Həmçinin başqa hədisdə deyilir:

“Sizdən kimsə həyat yoldaşı ilə yaxınlıq etdikdə tələsməsin. Çünki ərin ehtiyacını ödəməsi kimi, qadının da öz ehtiyacını ödəməsi lazımdır” (Əbu Yəla).

Ər həyat yoldaşının qayğısına qalmalıdır. Ona kifayət qədər vaxt ayırmalıdır ki, cinsi ehtiyacı tam ödənsin. Qadını məmnun salmaq üçün adətən 15-20 dəqiqə lazımdır. Kişi vəhşi heyvan kimi həyat yoldaşının üzərinə atılmamalıdır. Bu hala əsasən cinsi əlaqədən əvvəlki mərhələyə – əzizləmələrə, tumarlamalara riayət etməyən kişilərdə rast gəlinir. Ər həyat yoldaşının hisslərini nəzərə almalıdır. O, qadınların intim dünyasına bələd olmalı, həyat yoldaşını məmnun etməyin üsullarını öyrənməlidir. Həyat yoldaşını məmnun etməyən ər onda stress və narahatlığa səbəb olur, kənar tovlamalara şərait yaradır.

Cinsi əlaqə şər və ya murdar akt deyildir; əksinə, dinin qoyduğu qaydalara uyğun baş verdikdə faydalıdır.

Uşaqları qarşısında valideynlərin vəzifələri

Valideynlər uşaqlarına cinsi əlaqəyə müsbət yanaşmağı öyrətməlidirlər: cinsi əlaqə şeytanın icad etdiyi şey deyildir; qaydalara uyğun baş verdikdə murdar və şər hərəkət sayılmır. Cinsi əlaqə Allahın bəxş etdiyi bir şeydir.

Cinsi əlaqə hər nə qədər tərifl ənən məşğuliyyət və həzz olsa da, Şeytan ondan fitnə-fəsad, sapqınlıq, məhrumiyyət, əziyyət üçün istifadə edə bilir. Şübhə yox ki, haram cinsi əlaqənin səbəb olduğu əzab-əziyyəti başqa heç nə gətirmir. Risk o qədər böyükdür ki, cəmi bir dəfə zina edən kimsə ömrü boyu bədbəxt qala bilir. Bu səbəbdən cinsi əlaqə Allahın qoyduğu çərçivədə, təmiz və pak üsulla, ifrata, məhrumiyyət və əziyyətə yol vermədən baş tutmalıdır.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* kişi və qadınların tələbatlarını yaxşı başa düşürdü. O, ikiüzlü və fanatik olmayıb, həyat yoldaşlarından məmnun idi. Məsələn, onun Həzrəti Aişəyə son dərəcə bağlı olmağı məlumdur.

Cinsi həzz əxlaq normaları çərçivəsində baş verməlidir. Seksual sərbəstlik ailə və cəmiyyətin tənəzzülünə səbəb olur, yalan və aldatmalarla müşayiət olunur, məsuliyyət itir, müxtəlif cinayətlərlə: oğurluq, zorlama, təcavüz, narkomaniya və qətllə nəticələnir. Əgər insan, həqiqətən, Allahı sevirsə, şirnikdirici hallara məsuliyyətlə müqavi-mət göstərməli, yaxşını pis-dən ayırmalıdır. Bəzən ciddiy-yət və həya insana o qədər təsir edir ki, ya cinsi əlaqə ilə məşğul olmaqdan çəkinir, ya da cinsi əlaqə vaxtı hisslərini gizlədir.

Cinsi əlaqə və gigiyena: aybaşı, qasıq tükləri, sünnət və sperma

Aybaşı zamanı cinsi əlaqə: Orta əsrlərdə yəhudilər aybaşı olan qadına heç yaxın durmurdular. Peyğəmbər isə səhabələrinə tövsiyə etmişdi ki, aybaşı olan həyat yoldaşları ilə mehriban davransınlar, onları oxşasınlar, amma cinsi əlaqəyə girməsinlər, tənasül üzvlərinə toxunmasınlar.

Qızlara aybaşı bezlərindən istifadə qaydalarını öyrətmək lazımdır. Elə bezlər vardır ki, istifadədən sonra yumaq, qurutmaq və yenidən istifadə etmək mümkündür. Aybaşı təbii hadisədir, onu gizləmək və ya buna görə utanıb-sıxılmaq lazım deyildir. Əgər qız narahatlıq və ağrı hiss edirsə, ona kömək etmək lazımdır.

Qasıq tükləri: Bədən təmiz, səliqəli və rahat olsun deyə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* qasıq tüklərini müntəzəm şəkildə (ayda bir dəfə) təmizləməyi tövsiyə etmişdir. Qasıq nahiyəsində tüklərin yaranması

təbiidir, onları təmizləmək orqanizmə rahatlıq gətirir.

Oğlanlar ayaq, sinə və üzdə yaranan tüklərdən narahat olmurlar. Qızlar isə döş gilələri ətrafında uzun qara tüklərin olduğunu gördükdə dəhşətə gəlir, tüklü ayaq və qollara nifrət edirlər. Analar qızlarına tükləri təmizləmə vasitələrindən (kremlər, ülgüc...) istifadə etmək, dərini təravətli saxlamaq qaydalarını öyrətməlidirlər. Bığ tüklərinin yarandığını və ya çənələrində zərif tüklərin bitdiyini gördükdə bəzi qızlar oğlanlaşdıqlarını düşünüb qorxmamalıdırlar. Onlar bu tükləri səliqə ilə təmizləyə və ya problem olarsa, pudra ilə həmin yerləri ağarda bilərlər.

Sünnət: Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* oğlan uşaqlarının kiçik yaşda sünnət edilməsinə təşviq etmişdir. Bu, gigiyena baxımından çox yaxşıdır, evləndikdə cinsi həzzi artırır. Sünnət olunmaq xərçəngə tutulmaq riskini azaldır, iltihabların qarşısını alır, su başına çıxdıqda ağrıları yaranmasına mane olur. Qadın tənasül üzvlərinin kəsilməsi qadağandır.

Sperma və pollyusiya: Bəzi yeniyetmələr alt paltarlarının bulaşdığını gördükdə narahat olur, valideynlərinin bundan xəbər tutmasını istəmirlər. Onları başa salmaq lazımdır ki, bu ifrazat normaldır. Əgər ifrazat rənglidirsə, qana oxşayırsa və ya qoxu verirsə, gündə bir neçə dəfə baş verirsə, həkimə müraciət etmək lazımdır. Sperma sidikdən fərqlənir. Belə ki sidik murdardır (nəcis) və hər hansı bədən üzvünə və ya paltara bulaşarsa, dərhal yuyulmalıdır. Sperma düşən paltarı isə bir az su ilə ovxalamaq kifayətdir.

Yeniyetmələr və bakirlik

Bu gün amerikalı və kanadalı uşaqlar cinsi yetkinliyə daha tez çatırlar. Bu yaş qızlar üçün 8-13, oğlanlar üçün isə 9-14-dür. Son 150 ildə Britaniyada orta cinsi yetkinlik yaşı 16.5-dən 12.8-ə düşmüşdür. Ola bilsin ki, bunun səbəbi tez böyüməyə kömək edən antibiotik və hormonlar verilmiş heyvanlardan alınan qidalardır.

Digər tərəfdən, ABŞ-da orta evlilik yaşı yüksələrək, kişilər üçün 29, qadınlar üçün 26 olmuşdur. İqtisadi vəziyyətin yaxşı olmadığı İordaniyada isə bu rəqəm müvafiq olaraq 35 və 30-dur. Nikahadək cinsi əlaqədən imtina etmiş valideynlər uşaqlarına həddi-buluğa çatdıqdan evlənənədək cinsi istəklərini boğmağı tələqin edirlər. Bu, cinsi aktivliyin pik nöqtəsinə çatdığı bir vaxtda 16 il gözləmək deməkdir.

100 il əvvəl insanların çoxu cinsi yetkinliyə çatdıqda evlənirdilər. Çünki cəmiyyət yaşamaq uğrunda mübarizə aparırdı; uşaq ölümlərinin artdığı, müharibələrin tez-tez təkrarlandığı dövrlərdə erkən evlənmələrə ehtiyac vardı. Bəzi cəmiyyətlərdə cinsi həyatla əlaqəli qadağalar aradan qaldırıldığı üçün nikahlar gecikir. Dindarlar buna xoş baxmırlar, amma bakir qalmaq yeniyetmələrə çətindir. Cinsi yetkinlik yaşından evlənənədək uzanan təxminən iyirmi il ərzində cinsi istəyi nəzarətdə saxlamaq asan deyildir. Hormonal fəallığı olan yeniyetmələr şirnikdirici hallarının çoxluq təşkil etdiyi müasir

dövrümüzdə çox əziyyət çəkirlər.

Problemi həll etmək üçün müsəlman cəmiyyətlərində vaxtında evlənmək ənənəsi formalaşdırılmalıdır. Valideynlər yeniyetmə övladlarına cinsi tələbatları nə qədər çox olursa-olsun, nikahdankənar əlaqənin haramlılığını münasib üsullarla başa salmalıdırlar. Valideynlər erkən evlənən uşaqlarına öz övladlarını tərbiyə etməkdə kömək etməlidirlər.

Bəzi müsəlman alimlərinə görə onanizmdən uzaq durmaq lazımdır. Amma subay gənclərin ehtirasını sakitləşdirirsə, vərdiş halına gətirməmək şərti ilə onanizmə icazə verilmişdir. Cinsi əlaqə istəyini nəzarətdə saxlamaq mümkün olmadıqda onanizm iki şərdən ən yüngülünə çevrilir. Müsəlman ilahiyyatçısı Əbu Hamid əl-Qəzali "Əsassız iddialara cavablar" kitabında bildirir ki, cinsi əlaqə istəyi yaratmaq məqsədilə onanizmlə məşğul olmaq qadağandır. Əgər cinsi

əlaqə istəyi ağılı məşğul edirsə, ruhi stabilliyi zədələyirsə, insanı zinaya sürükləyirsə, buna mane olan onanizmə icazə verilmişdir. Bəzən onanizm nə savab, nə də günah gətirir, nə yanlış, nə də yaxşı hərəkət sayılır.

Valideynlər cinsi gərginlikdən xilas olmaq üçün onanizmlə məşğul olan övladlarını başa düşməlidirlər. Onlar böyüdükdə və evləndikdə onanizmdən imtina edirlər. Zəruridir ki, valideynlər övlad-

larını idman məşğələlərinə yazsınlar, həftədə iki dəfə oruc tutmağa, komanda iş-lərinə həvəsləndirsinlər. Valideynlər uşaqlarına başa salmalıdırlar ki, onanizmdən suiistifadə ciddi sağlamlıq problemlərinə yol açа bilər. Odur ki cinsi istək yaradan vəziyyət və məkanlardan uzaq durmaq lazımdır. Bununla da, yeniyetmələr onanizmi həyatlarının əsas məşğuliyyətinə çevirmirlər.

Cinsi əlaqə mövzusu gənclərin düşüncələrini kifayət qədər məşğul edir. Buna baxmayaraq, bu mövzu valideynlərlə uşaqlar arasında çox az müzakirə olunur, olunsa da, reallıq gözlənilmir. Müsəlman hüquqşünasları gənclərə bildirirlər ki, onanizm haramdır. Amma bəzi hüquqşünaslar müəyyən istisnalarla onanizmə icazə vermişlər. Hər bir halda, yeniyetmələrin əksəriyyəti onanizmlə məşğul olur, fəqihlərin qadağasına görə özlərini günahkar hesab edirlər. Elə isə bu məsələdə balansı qorumaq, axır əlacda onanizmə müraciət etmək, orqanizmə fiziki-psixoloji əziyyət etmədən, minimum həddə məşğul olmaq lazımdır.

Cinsi əlaqə probleminin islamda həlli: preventiv tədbirlər xəritəsi

Əsas olanı – çəkinməkdir: "Zinaya yaxın düşməyin!" Yəni, zinadan qorunmaq üçün ona yaxın düşməyin, uzaq olun, günaha aparan vəziyyət yaratmayın:

"Zinaya da yaxın düşməyin. Çünki o, çox çirkin bir əməl və pis bir yoldur!" (əl-İsra, 32).

Burada ən mühümü "yaxınlaşmayın" ifadəsidir, yəni zinadan uzaq durun, özünüzü ondan qoruyun, ona aparan bütün "qapı"ları bağlayın. Zina ilə mübarizədə cəmiyyətin strategiyası qoruyucu – preventiv olmalıdır. Elə şə-rait yaratmaq lazımdır ki, bu günahı işləmək çə-tin-ləşsin, zi-

na etmək qeyri-müm-kün və qeyri-məqbul hala gəlsin. Bu məqsədlə seks ticarətini qadağan etmək, "mənbə"lərini qurutmaq, tələ-batı azaltmaq lazımdır. Nəti-cədə cəmiyyət yaxşı-laşır, evlilik müəs-sisəsi qorunub sax-lanır. Bu qadağa an-caq islama xas deyil-dir, digər dinlərdə: xristianlıq, yəhudilik və induizmdə də mövcud olmuşdur. Ağlı başında olan kimsə düşünmür ki, təsadüfi cinsi əlaqə-lər istər cavanlar, istərsə də orta yaşlılar üçün yaxşı şeydir. Yəni, ehtirasın qulu olmaq tərifəlayiq davranış deyildir. Allaha inanan insanlara görə evlilik cinsi əlaqə üçün ən ideal vəziyyətdir. Problem budur ki, bir çox cəmiyyətdə gənc nəsil nikahdankənar cinsi əlaqəni qadağan edən ənənəvi nöqteyinəzəri qəbul etmir.

İndiki dövrdə yoluxucu zöhrəvi xəstəlik-lərə aparan "yollar" açıq, xoşagələn və şirnikləşdiricidir. Bu yollardan uzaq durmaq nəyisə qurban ver-məyi tələb edir. Bakirlik və iffətin səmərəsi "ləzzətli", təsadüfi cinsi əlaqələrin ağrı-acısı isə ələmlidir. İslam təlimləri ailə toxunulmazlığının qorunmasına xüsusi əhəmiyyət verir. Əsas diqqət cəmiyyəti və fərdləri mühafizə edən addımlara verilir. Buraya ciddi geyim, nikahdankənar cinsi əlaqənin yolverilməzliyi, alkoqollu içkilər və uyuşduruculardan imtina, tənhalıqda görüşmənin, cinslərarası qaynayıb-qarışmanın, pornoqrafik və erotik filmlərin, şəhvət yaradan musiqi və reklamların qadağan edilməsi və s. daxildir. Bütün bunlar zinaya aparan yolları bağlamaq üçün göstərilən ciddi cəhdlər hesab olunur. Bununla yanaşı, valideynlər qeyri-qanuni cinsi əlaqənin fəsadları haqqında uşaqlarına məlumat verməlidirlər.

Zinadan çəkinməyin preventiv üsulları uşaqlıqdan tətbiq olunmalıdır. Yeniyetmələrdəki cinsi "aclığ"ı nəzarətdə saxlamaq məqsədilə fərdi və kollektiv səylər birləşdirilməlidir.

Quran insanlarda qəfil cinsi istəyin yarana biləcəyini təsdiqləyir. Allahın köməyi olmasaydı, Yusif peyğəmbər də bu istəkdən qurtula bilməyəcəkdi:

"Evində olduğu qadın (Züleyxa Yusifi) tovlayıb yoldan çıxartmaq istədi və qapıları bağlayaraq: "Di gəlsənə!" – dedi. (Yusif isə:)

"Mən (sənin bu hərəkətindən) Allaha sığınıram. Axı o (sənin ərin) mənim ağamdır. O mənə yaxşı baxır. Həqiqətən, (ağasına xəyanət etməklə, onun əhli-əyalına pis gözlə baxmaq və zina etməklə özlərinə) zülm edənlər nicat tapmazlar!" – deyə cavab verdi.

Doğrudan da (qadın) ona meyl salmışdı. Əgər rəbbinin dəlilini (xəbərdarlığını) görməsəydi, (Yusif də) ona meyl edərdi. Biz pisliyi və biabırçılığı (zinanı) ondan sovuşdurmaq üçün belə etdik. O, həqiqətən, Bizim sadiq bəndələrimizdəndir!" (Yusif, 23-24).

Allah Təala həm kişilərə, həm də qadınlara cinsi istək bəxş etmişdir. Bu istək adətən "yatmış" olur; əgər "oyanarsa", onu evlənmək yolu ilə təmin etmək lazımdır. Əgər cinsi istək vaxtından əvvəl yaranarsa, ona nəzarət etmək çətin olur. Yaranmış cinsi istəyə nəzarət etmək qadınlarla müqayisədə kişilərə daha çətindir. Cinsi yetkinliyə çatmış oğlanlarda cinsi istək oyanır. Qadınlar öz cinsi istəklərinə nəzarət etməyi yaxşı bacarırlar.

XXI əsrdə bir çox ölkədə sərbəst seks mühitinin yaranması təəccüblü deyildir. Ənənə gənclərə çox az kömək edir. Cəmiyyət, bir tərəfdən, yeniyetmələri əlibağlı suya atır, digər tərəfdən, onlara deyir: "Ehtiyatlı olun, islanmayın!" Şirnikləşdirici və təhrikedici mühit gənclərdə cinsi istək yaradır, ənənə isə onlardan özünənəzarət tələb edir.

Bu, ləzzətli balığı əvvəlcə ac pişiyin qabağına qoymağa, daha sonra isə ona "yemə" deməyə oxşayır. Şübhə yox ki, başdan çıxaran, şirnikləşdirən mühit olmadıqda iffəti qorumaq daha asandır.
Şair yaxşı deyib:

Əllərini bağlayıb onu suya atdı,
Dedi ki: – Bax nəbadə islanasan!

Cinsi istək adi toxunmadan, baxışdan, səsdən, qoxudan və ya təsəvvürdən yarana bilir. Şirnikləşdirən, yoldan çıxaran vasitələr mümkün qədər aradan qaldırılmalıdır. Cinsi istək yaradan mühit və vasitələrdən uzaq olmaqla özünü qorumaq cinsi istək yarandıqdan sonra onunla mübarizə aparmaqdan daha ağıllı hərəkətdir. İnsanda cinsi istək yaranıb ehtiraslandıqda müdafiəsi zəifləyir, istəyi həyata keçirmək ehtimalı artır.
Quranın bu məsələyə baxışı preventivdir. Sual yaranır: Cinsi sərbəstliyin olduğu cəmiyyətlərdə yeniyetmələr əxlaq dəyərlərini necə qoruyub saxlamalıdırlar? Ümumiyyətlə, bu mümkündürmü? İslama görə, şərə səbəb olan şey şərdir. Odur ki cinsi qadağaları ləğv edən, özünənəzarəti zəiflədən hər şeydən uzaq olmaq lazımdır.
Nikahdankənar cinsi əlaqəyə səbəb olan "yollar"ı bağlayan addımlar siyahısı aşağıda göstərilmişdir. Nəzərə alınmalıdır ki, şirnikləşdirici və başdan çıxarıcı hallarla mübarizə davamlı olmalıdır. Bunun üçün valideynlərin, geniş ailələrin, məktəblərin, KİV və cəmiyyətin əməkdaşlığı tələb olunur.

Həya

Uşaqların intimliyinə xüsusi münasibət bəsləməklə onlara həya hissini aşılamaq mümkündür. Valideynlər ancaq çimdirdikləri vaxt uşaqların tənasül orqanlarına parça əlcəklə qısa müddətinə toxunmalıdırlar. Həmçinin üç yaşdan yuxarı uşaqların tənasül orqanları hətta çimmə zamanı örtülü olmalıdır. Tənasül orqanlarını açmamaq, kiməsə göstərməmək uşaqlarda fərdiliyi gücləndirir.
Həya nədir? Həya şəxsiyyətin aşınması ilə nəticələnən hərəkətlər qarşısında xəcalət çəkib sıxılmaqdır.

Həya insanı xoş və yaxşı işlər görməyə sövq edən, ayıb və pis hərəkətlərdən çəkindirən mənəvi xüsusiyyətdir.

Müsəlman hüquqşünaslarına görə, həya şər və günah işlərdən çəkinməyə sövq edən əxlaq xüsusiyyətidir.

Həya valideynlərin mütəmadi şəkildə öyrətdikləri mənəvi keyfiyyət olmalı, ailə və cəmiyyətdə norma halına gəlməlidir. Hətta ölünü yuyarkən onun tənasül orqanından başlamaq lazım deyildir; onun tənasül üzvünü parça ilə yumaq lazımdır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"İman yetmiş və bir neçə dərəcədən ibarətdir. Ən üstün dərəcə "lə iləhə illəllah" sözüdür. Ən aşağı dərəcə isə yoldan (insanların gəliş-gedişinə mane olan) əngəli götürməkdir. Həya imanın bir dərəcəsidir" (Buxari);

"İnsanların peyğəmbərlərdən öyrəndiyi hikmətlərdən biri bu sözdür: "Utanmırsansa, istədiyini et" (Əbu Davud);

"Abırsızlıq nəyə sirayət edərsə, korlayar. Həya isə qonduğu yeri bəzəyər, zinətləndirər" (İbn Macə).

Həya imanın bir parçasıdır

Cürcani həyanı iki növə ayırır: Psixoloji həya hər kəsdə vardır. Odur ki insan ayıb yerlərini göstərməkdən, başqalarının yanında cinsi əlaqədə olmaqdan utanır. Belə həya insanın daxili dünyasının bir hissəsidir.

İmandan irəli gələn həya. Nəticədə mömin Allahdan qorxaraq günah işləməkdən utanır.

Uşaqlara həya ilə əlaqəli aşağıdakı davranışlar öyrədilməlidir:

– qarşı cinsə və abırsız səhnələrə baxmamaq;

– qarşı cinsdə cinsi istək, imitasiya yaratmayacaq qədər həyalı gəzmək;

– işvə ilə deyil, mehriban və ehtiramla danışmaq;

– ciddi, yaraşıqlı və layiqli geyinmək.

Aşağıdakı hallarda həya göstərməyə ehtiyac yoxdur:

Bilik öyrənmədə. Xüsusən evlilikdə cinsi əlaqə, aybaşı, hamiləlik və pollyusiyaya dair dini bilikləri öyrənərkən utanmamaq lazımdır. Müsəlman hüquqşünasları demişlər: "Dinin öyrənilməsində utanıb-sıxılmağa ehtiyac yoxdur".

Yaxşılaşdırma işində. Yaxşılığa çağırıb pislikdən çəkindirmək üçün bizdən qətiyyət və müdriklik tələb olunur.

Evlilikdə. Ailədə ər və həyat yoldaşı arasında utancaqlıq olmamalıdır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Ayıb yerinizi həyat yoldaşınızdan başqa hər kəsdən qoruyun" (Əbu Davud, İbn Macə, Hakim).

Evli olmayanlar arasında cinsi əlaqə qadağandır.
Əgər valideynlər həya hissini tərbiyəyə əhəmiyyət verməsələr, cəmiyyət bundan əziyyət çəkəcəkdir. Çünki həya şirnikləşdirici hallara qarşı ən yaxşı silahdır. Həya hissinin olmamağı bəzi xalqlarda aşağıdakı mənzərənin yaranmasına səbəb olmuşdur:

– İncəsənət və ifadə azadlığı adı altında bir çox muzey və ictimai meydanlar çılpaq kişi və qadın şəkilləri, tabloları, cinsiyyət üzvlərini nümayiş etdirən heykəllərlə doludur. Eyni hala Hindistanın bəzi məbədlərində də rast gəlmək mümkündür.

Ərəb məsəllərində həya

Əgər hərəkətlərinin nəticələrindən qorxmayıb özünü həyalı apara bilmirsənsə, istədiyini edə bilərsən.
Həyadan uzaq ömür ləyaqət və yaxşılıqdan dəm vura bilməz.
Həya olan yerdə yaxşılıq vardır.
Həyası olmayan insan qabığı olmayan ağac kimidir.

İncəsənətlə pornoqrafiya və ədəbsizlik arasında fərq vardır. Qərb incəsənət ənənəsində çılpaqlıq ona görə inkişaf edib ki, bakirəlik, ismət, şərəf və böyüklük rəmzi (simvolik) idi. Mikelancelonun Davud peyğəmbərin yonaraq düzəltdiyi çılpaq heykəli buna ən yaxşı misaldır. Dünyanın, xüsusən Hindistanın bir çox məbədində dini fonda lüt heykəllər mövcuddur. Əlbəttə, Davidin lüt heykəli, əslində, peyğəmbəri deyil, İntibah dövrü insanını təmsil edir. Valideynlər açıq-saçıqlığın (çılpaqlığın) interpretasi-

yası və ictimai məqbulluğu məsələsi haqqında dərindən düşünməlidirlər.
– Çilidə Santyaqo muzeyində cinsi əlaqədə olan kişi və qadın heykəlləri nümayiş etdirilir.
– ABŞ-da gənc qadın yataq və vanna otağına kamera yerləşdirərək internet vasitəsilə özünü 24 saat ərzində tamaşaçılara nümayiş etdirir.
– ABŞ-da 50 min şəxs ilk uşağın necə doğulmasına baxmaq üçün internetdə qeydiyyatdan keçmişlər (Time, 29 iyun 1998).

Həya ilə əlaqəli bəzi etiket normaları:

– Valideynləri və ya qohumlarının otağına girməzdən əvvəl qapını döyüb icazə istəmək (onları çılpaq və ya soyunmuş halda görməmək üçün).
– Valideynlər və uşaqlar həm ev daxilində, həm də xaricində ciddi geyinməlidirlər. Cinsi cazibədarlıq yaradan kosmetikadan istifadə etməmək, ehtiras yaradan ətirlərdən imtina etmək lazımdır. Həmçinin valideynlər uşaqların yanında danışıqlarına diqqət etməli, intim söhbətlər etməməli, bir-birini öpməməli, təmasda olmamalı, paltarlarını soyunmamalıdırlar.
– Uşaqlar on yaşına çatdıqda ayrı-ayrı çarpayılarda yatmalıdırlar.
– Oğlan və qızlara əks cinsin nümayəndələrinə baxdıqlarında baxışlarını yana çevirməyi öyrətməliyik:

> *"(Ya rəsulum!) Mömin kişilərə de ki, gözlərini haram edilmiş şeylərdən çevirsinlər (naməhrəmə baxmasınlar), ayıb yerlərini (zinadan) qorusunlar. Bu onlar üçün daha yaxşıdır. Şübhəsiz ki, Allah onların nə etdiklərindən xəbərdardır!*
> *Mömin qadınlara de ki, gözlərini haram buyurulmuş şeylərdən çevirsinlər (naməhrəmə baxmasınlar), ayıb yerlərini (zinadan) qorusunlar..." (ən-Nur, 30-31).*

Baxışları yana çevirmək çox zəruridir. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:
"Kim Allah üçün haramdan nəzərini çəkərsə, Allah onun

qəlbinə Qiyamətədək iman şirinliyi bəxş edər".

– Qızlara sakit, cəzbedici əda və hərəkətlərdən uzaq şəkildə gəzməyi öyrətmək lazımdır. Onlar qısa yubka geyinməməli, ayaqlarını göstərməməli, nazla danışmamalıdırlar:

> *"Siz ey Peyğəmbərin zövcələri! Allahdan qorxacağınız təqdirdə siz qadınların heç biri kimi deyilsiniz. Buna görə də (yad kişilərə) yumşaq (əzilə-əzilə) danışmayın, yoxsa qəlbində mərəz (şəkk, nifaq və günah mərəzi) olan tamaha (özgə təmənnaya) düşər. (Danışdığınız zaman) gözəl danışın!" (əl-Əhzab, 32).*

– Həm qızlara, həm də oğlanlara gecəni evdən kənarda keçirməyə icazə verilməməlidir. Bunun üçün xüsusi "komendant saatı" tətbiq etmək olar.

– Müəyyən musiqi növləri dağıdıcı təsirə malik olub, cinsi istək yaradır, nalayiq sözləri ehtiva edir. Musiqi epifiz vəzisinin ifraz etdiyi melatonin hormonunun miqdarını artırmaqla əhval-ruhiyyəyə təsir edir. Epifiz vəzisi qaranlıqda aktivləşir, işıqda isə fəaliyyətini dayandırır. Hesab olunur ki, epifiz cinsi yetişkənliyi təmin edir, reproduktiv siklə və seksual istəyə təsir göstərir. Pornoqrafik ifadələr işlənən ağır rok musiqisi cinsi istəyə təsir göstərdiyindən uşaqlara ona qulaq asmağı qadağan etmək lazımdır. Uşaqlar belə musiqilərə qulaq asdıqları təqdirdə gələcəkdə heç nədən çəkinmədən günah işləyəcəklər.

– Cinsi istəyi dözülməz həddədək alovlandırdığı üçün pornoqrafiya uşaqlar üçün çox təhlükəlidir. Onun uşaqlara təsiri uzunmüddətlidir; uşaqlar biədəb səhnələri uzun müddət xəyallarında yaşadır, cinsi əlaqədə olmağı arzulayırlar.

– Pornoqrafiya qadının qədir-qiymətini azaldır, onu seksual obyekt halına gətirir, kişilərin ehtiraslarını söndürən vasitə kimi nəzərdən keçirir. Ər nədənsə ehtirasa gələrsə, həyat yoldaşı ilə cinsi əlaqəyə girərək istəyini təmin edir. Amma subay şəxs bunu edə bilmir. Deməli, vaxtında evlənməyə təşviq etmək lazımdır.

Ehtirasına görə kimisə qınamaq olmaz. O insanı qınamaq lazımdır ki, şəhvəti səbəbi ilə başqalarını bu işə cəlb edir. Məsələn, bir çox kişi başqa qadınlara heyranlıqla baxdıqda özləri də bilmədən həyat yoldaşlarının əsəbləri ilə oynayırlar.

Reklam lövhələrində, jurnalların üz qabığındakı model və kino ulduzların şəkilləri problemə səbəb olur. Onlar qocalan, kökələn və yorğunluq əlamətləri hiss olunan həyat yoldaşınızla müqayisədə sizin təsəvvürünüzdə həmişə cavan və gözəl qalırlar. Odur ki ər və xanımı bir-birinə diqqət və iltifat göstərməlidirlər. Yaş artsa da, yaxşı planlama, sağlam diyet və idman vasitəsilə cazibədarlığı mühafizə etmək mümkündür.

Dövrümüzdə valideynlər internet pornoqrafiyası, görüşlər və seks söhbətlərinin yaratdığı təhlükələrdən xəbərdar olmalıdırlar. Onlar uşaqlarına yaxşı nəzarət etməli, kompüter cihazını uşağın yataq otağına deyil, evdə hər kəsin gördüyü yerə qoymalıdırlar.

Geyinmə ədəb-ərkanı

Oğlanlar və qızların geyim və davranışları ciddi olmalıdır. Onlar təhrikedici geyimlərdən, fiziki cazibədarlıqla diqqət cəlb etməkdən çəkin-məlidirlər. Onlar evdən kə-narda bədən cizgilərini nümayiş etdirmək üçün dar paltar geyinməməli, cinsi istək yaradacaq şəkildə bəzənmə-məlidirlər. Həm oğlanların, həm də qızların şəffaf paltar geyinməsi qadağandır. Həmçinin qızlar başlarını bağlamalıdırlar. Oğlanlara qız, qızlara da oğlan paltarı geyinmək olmaz. Hədisdə deyilir:

"Allah qadın paltarı geyinən kişi və kişi paltarı geyinən qadınlara lənət edər" (Əbu Davud).

Şübhə yox ki, uşaqların nə geyinməsinin böyük əhəmiyyəti vardır. Bir məsəldə deyilir: "Geyindiklərin düşündüklərini göstərir". Yerindən asılı olaraq, insanlar müxtəlif cür geyinirlər. həftəlik ibadətin, müsahibənin, yubileylərin, gecələrin, idmanın öz geyimi vardır. İnsanlar geyimləri ilə qaynayıb-qarışmağı, razı salmağı, müəyyən kollektivlərə qəbul olunmaq üçün şanslarını artırmağı məqsəd gü-

dürlər. Geyimdə, saç quruluşu və bəzənmədə ciddiyyət olmalıdır. Ümumiyyətlə, valideynlər uşaqlarını açıq-saçıq geyinməyə təşviq etməməlidirlər. Əgər hər bir vəziyyətdə ciddi geyimdən istifadə olunarsa, ətrafda xoş təəssürat yaranar. Qaydasında olan geyimlər, davranış və dəblər ciddi hesab olunur.

Valideynlər qızlarına müxtəlif seçimlər təqdim etməlidirlər. Bəzən elə olur ki, 2-3 yaşlı qızda seçim istəyi yaranır və o, ata-anasının seçimini rədd edir. Bu məsələni həll etmək üçün onun qarşısına geyinməsi üçün bir neçə geyim qoymaq lazımdır ki, seçim haqqının olduğunu hiss etsin.

Vahid məktəbli forması əvvəllər uşaqların xoşuna gəlmir, amma vaxt keçdikcə onlar buna öyrəşirlər. Hər gün eyni məktəbli formasını geyinmək gündəlik geyim seçimi problemini həll edir. Qız uşaqlarına izah etmək lazımdır ki, təhrikedici geyim "qəşəng" görünsə də, oğlanlara "xüsusi" siqnallar ötürür ki, bunun da nəticəsi bəzən arzuolunmaz olur.

Qaynayıb-qarışmağa və baş-baş qalmağa "yox"!

İslamda kişi ilə qadının təklikdə, heç kəsin görə bilmədiyi bağlı yerlərdə görüşməsi qadağandır. Bu, otel otağı, tənha evlər və sair ola bilər. Təklikdə qalmaq şeytanın tələsidir, hər bir halda, ondan qaçmaq lazımdır. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Təklikdə baş-başa qalan elə qadın və kişi yoxdur ki, üçüncüləri şeytan olmasın" (Tirmizi).

Qızlar və oğlanların ifrat formada qaynayıb-qarışmaları doğru deyildir. Amma bu qaynayıb-qarışma valideynlərin nəzarəti altında, ciddi və layiqli mühitdə baş verirsə, qəbahət deyildir. Qızı mütəmadi şəkildə məsciddə, məktəbdə, kitabxana və mağazada görən oğlan ondan xoşlana bilir. Bundan sonra mümkündür ki, oğlan qıza söz atsın, yaxınlaşsın, onunla maraqlanıb-maraqlanmadığını ondan soruşsun. Daha sonra onlar xüsusi yerlərdə: məsələn, parkda və ya evdə görüşmək qərarına gələ bilərlər. Ətrafda heç kim yoxsa,

oğlan qıza toxuna, onu öpə bilər. Əgər qız buna icazə versə, oğlan "cəsarətlənəcək" və onların cinsi əlaqədə olmaq ehtimalı artacaqdır. Halbuki, bəlkə də, bunu qabaqcadan heç planlamamışdılar.

Tələlər!
Baxmaq → təbəssüm → salamlaşma → danışıq → görüş → toxunma → ehtiras → gedər-gəlməz yol → cinsi əlaqə günahı → problemlər!
Nəticə isə yoluxucu zöhrəvi xəstəliklər, hamiləlik, abort və qeyri-qanuni uşaq ola bilər.

İslamın qoyduğu bu qaydaya laqeyd yanaşmaq olmaz, çünki faciə məhz bu şəkildə baş verir. Hətta ən dindar şəxslər bu yolla şərə düçar olurlar. Axı bütün insanlar ətdən, qandan, hiss və emosiyalardan ibarətdir. Yusif peyğəmbər də Allahın köməyi olmasaydı, bu bəlaya düçar olacaqdı.

Görüşmələr

Yeniyetmələrin davamlı şəkildə görüşməsi cinsi əlaqəyə şərait yaradır. Bu vəziyyət fərdlərə, ailələr və cəmiyyətə ağrı-acı verir. 1999-cu ildə ABŞ-da aparılmış araşdırmalar göstərmişdi ki, kollec tələbələrinin 25 faizi belə düşünür: "Əgər oğlan görüşə çıxdığı qıza nahar alırsa və qız "onunla axıra qədər davam etməzsə", onda oğlan qızı onunla cinsi əlaqəyə məcbur edə bilər". Görüşlərdə təcavüz faktlarının çoxu müzakirə belə olunmur (Norris, 1999; Bohmer, 1993). İntim qadağaları pozan, özünənəzarətin itirilməsinə səbəb olan hər şey, o cümlədən alkoqollu içkilər, narkotik maddələr, cinsi ehtiras yaradan musiqilər, oynaşma və baş-başa qalma halları yolverilməzdir. Öpüşmə və oynaşma cinsi əlaqəyə şərait yaradır. Belə olduqda bədən geriyə qayıdılması mümkün olmayan mərhələyə keçir. Görüşlər və seksual sərbəstlik evliliyə zərbə vurur. "Tərəflər bir-birini yoxlasalar, bir-birini yaxşı tanıyacaqlar" ideyası əsassızdır. Belə sərbəstliyə imkan yaradan istənilən cəmiyyət stabil olmayan ailələrdən, boşanmaların sayının artmasından əziyyət çəkir.

Dostların təzyiqi və digər amillər

Uşaqların cinsi əlaqə ilə məşğul olmalarının səbəbi çoxdur. Ən çox yayılmış səbəblərdən biri həmyaşıdların təzyiqi və "bunu hər kəs edir" deməleridir. Nikahdankənar cinsi əlaqəyə "sərişteli" kişi olmaq və özünü "təsdiqləmək" istəyi də səbəb olur. Çoxları özünəhörmət çatışmazlığını ata və ya ana olmaqla aradan qaldırmaq istəyirlər.

Bəzən buna cinsi aktivliyin sərf ediləcəyi "seçimlər"in olmamağı, evdə sevgi və şəfqət çatışmazlığı təsir göstərir. Nəticədə uşaqlar sevgini kənarda axtarmalı olurlar.

Seksual təhrik hər yerdə, ilk növbədə, jurnalların səhifələrində, televiziya verilişlərində, həmyaşıdların arasında mövcuddur. Məsələn, ABŞ-da, xüsusən MTV kanalı ilə reklamlar, seriyalı filmlər, şou verilişlər vasitəsilə hər il 20 min biədəb səhnə nümayiş etdirilir. Bunun üçün valideynlər övladlarını sevgiyə "qərq etməli", faydalı işlərlə vaxt keçirmələrinə şərait yaratmalı, onlarla sıx ünsiyyətdə olmalıdırlar.

Sərxoşedici vasitələr

Alkoqollu içkilər və narkotik maddələr təhlükəlidir. Belə ki özünənəzarəti azaldır, haram cinsi əlaqəyə mane olan mənəvi əngəlləri yox edir.

Cinslərarası rəqs (təmas tələb edən rəqs növləri ehtiras yaradır) və fiziki təmasdan, həmçinin öpüşmə, oynaşma, qucaqlaşma, masajdan çəkinmək lazımdır. Çünki bütün bunlar oğlanlarda cinsi əlaqə istəyi yaradır, bununla da, cinsi əlaqəyə doğru konkret addım atılır.

Nə etməli?

Valideynlər uşaqlarına düzgün məsləhətlər verməlidirlər. Valideynlik vəzifəsi yemək və geyim təmin etməkdən ibarət deyildir. Maddi tələbatlarla yanaşı, valideynlər uşaqlarına mənəvi-əxlaqi cəhətdən kömək etməlidirlər.

– Valideyn uşağın beynini "yaxşı ideyalar"la doldurmalı, onu "mənəvi və intellektual qida" ilə təmin etməlidir. "Menyu"ya ali dəyər və məqsədləri də daxil etmək lazımdır. Bir misala nəzər salaq: Bir gənc gələrək Peyğəmbərdən *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* zina

Əks cinslə rəqsə verilən tərifl ərdən biri:

Rəqs üfüqi istəklərimizin şaquli ifadəsidir!

etmək üçün icazə istədi. Çünki cinsi istəyinə nəzarət edə bilmirdi. Onunla söhbət-də Peyğəmbər həm məntiq, həm də könül dilindən istifadə etdi. Ondan soruşdu ki, başqalarının onun anası, qızı, bibisi, xalası ilə bu işi görməsinə razıdırmı. Hər dəfəsində gənc "yox" dedi. Peyğəmbər bildirdi ki, onun zina etmək istədiyi qadın kiminsə anası, bacısı, xalası, bibisi, qızı, həyat yoldaşıdır. Gənc məsələnin mahiyyətini başa düşərək tövbə etdi. Peyğəmbər də dua etdi ki, Allah onu bağışlasın.

– Fərdi kimlik şüurunu gücləndirmək, kütlə zehniyyətindən qaçmaq lazımdır. Valideynlər uşaqlarını üstün dəyərlər əsasında tərbiyə etməklə, onlara həyata kompleks yanaşmağı, müəyyən qaydalara riayət etməyi öyrətməklə bunu həyata keçirə bilərlər. Bu yolla uşaqlar dərk edəcəklər ki, alkoqol və narkotik maddələr qəbul etmək, donuz əti yemək, nikahdankənar cinsi əlaqədə olmaq qadağandır. Valideynlər özləri zinadan uzaq olmalıdırlar ki, övladları onları özlərinə nümunə götürsünlər.

Erkən nikahlar

Evlənməyin yaşı yoxdur. Gənclər adətən universiteti bitirdikdən, iş tapdıqdan, ya da 26 yaşdan sonra evlənirlər. Qızlar isə deyirlər ki, evlənməyə hazır olmadıqları üçün 24 yaşdan sonra ərə getmək istəyirlər. Gənc başa düşməlidir ki, iki seçimi var: ya evlənmək, ya da evlənənədək özünü cinsi əlaqədən saxlamaq.

Allah Təala buyurur:

> *"Evlənməyə qüvvəsi çatmayanlar (maddi imkanı olmayanlar) Allah öz lütfü ilə onlara dövlət verənə qədər iffətlərini qoruyub (özlərini zinadan) saxlasınlar..." (ən-Nur, 33).*

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Allaha and olsun ki, aranızda Allahdan ən çox qorxanı, ən təvqvalı olanı mənəm, amma oruc da tuturam, yemək də yeyirəm, (gecələr) namaz da qılıram, həm də yatıram, qadınlarla evlənirəm. Kim mənim yolumdan üz çevirərsə, məndən deyildir" (Buxari); "Evlənmək dinin yarısı, Allahdan qorxmaq isə dinin tamamıdır" (Təbərani və Hakim).

Peyğəmbər demişdir:
"Ey gənclər! Sizdən kimin imkanı yetirsə, evlənsin. Kimin yetməzsə, oruc tutsun. Çünki oruc şəhvəti öldürür" (Buxari).
Əgər oğlan və ya qızın evlənməyə ehtiyacı böyükdürsə, valideynləri mümkün olanı edib onları evləndirməlidirlər. Əgər onlar bunu etməzlərsə, uşaqlarını bu və ya digər şəkildə şərə sürükləyirlər. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* valideynlərin vəzifələrindən biri haqqında demişdi:
"Valideynləri qarşısında uşağın haqqı üçdür: gözəl ad, yazmağı öyrətmək, həddi-buluğa çatdıqda evləndirmək" (ət-Təbrizi, 1985).
Əgər valideynlər uşağın cinsi istəyinə əhəmiyyət verməyib onu evləndirməsələr, edəcəyi günaha görə məsuliyyət daşıyacaqlar. Həmçinin gəncləri zorla evləndirmək olmaz. Bəzi valideynlər övladlarını özlərinin seçdiyi namizədlə evlənməyə məcbur edirlər. Elə də olur ki, valideyn öz qızı və oğlunu eyni nəsildən olan qohumu ilə evləndirir. Onlar övladlarını gələcək həyat yoldaşı seçmək hüququndan məhrum edirlər. Digər tərəfdən, oğlan və ya qızın aktiv iştirakı ilə baş tutan evliliyi təmin etmək valideynlərin vəzifəsidir. Bu,

həm cütlüklərə, həm də ailələrinə uzunmüddətli xoş-bəxtlik bəxş edəcəkdir. Yəni, bu işdə əsas məqsəd cütlükləri xoşbəxt etmək olmalıdır. Bəzi ailələrin eqoist istəkləri qələbə çalmamalıdır.

Cəmiyyət evliliyin asanlaşdırılmasında bu və ya digər dərəcədə rol oynaya bilər:

– Görüşüb bir-birini tanımaq məqsədilə qızlar və oğlanlar üçün sağlam mühit yaradılmalı, nəzarətsiz, özbaşına qaynayıb-qarışmalara icazə verilməməlidir.

– Oğlan və qızları gələcəyin valideynləri və evli cütləri olmağa hazırlamaq üçün evlilikdən əvvəl xüsusi təlim kursları təşkil olunmalıdır.

Dilemma: təhsil sistemi erkən nikahların əleyhinədir

Müasir təhsil sistemi bir sıra seksual səciyyəli mürəkkəb problemlərə səbəb olmuşdur. Universitet diplomu və ya ali elmi dərəcə almaq o deməkdir ki, evlənmək 20 yaşdan sonraya qalacaqdır. Halbuki oğlanlarda cinsi istək yeniyetməliyin son illərində pik nöqtəyə çatır. Qızlar isə son yeniyetməlik mərhələsində emosional asılılıq hiss edirlər ki, bu da onların asanlıqla oğlanlar tərəfindən aldadılmasına səbəb olur. Erkən yeniyetməlik illərində nikahdankənar cinsi əlaqənin nəticələri çox ağırdır: abortlar, ərsiz qadınlar, zöhrəvi xəstəliklər, qeyri-qanuni uşaqlar.

Məsələnin həlli ya məktəbli ikən evlənmək, ya da kolleci bitirənədək cinsi əlaqədən imtina etmək. Əgər cəmiyyət yeniyetmələri həyat yoldaşları və uşaqlarına baxmağa hazırlayırsa, onda erkən evlilik qənaətbəxş çıxış yolu hesab olunur.

Müasir cəmiyyətlərdə yeniyetmədən səbirli olmağı, 20 yaşdan sonra bakirə (bakir) qalmağı tələb etmək olduqca çətindir. Çünki cəmiyyətdə təhrikedici və yoldançıxarma halları hədsiz dərəcədə çoxdur. Keçmişdə bu cür problem yox idi. Çünki erkən evlilik ənənə və adət halını almışdı, cəmiyyətdə dəstək görürdü.

Peyğəmbərin zamanında və sonrakı yüzilliklərdə aşağıdakılara əsaslanan inteqrasiya

olunmuş sosial sistem mövcud idi:

1. Erkən evliliyə təşviq vardı.
2. Uşaqlara və nəvələrə qayğıda geniş ailələrin köməyi böyük idi. Üç nəsil insanın bir tavan altında yaşaması geniş yayılmışdı. Nuklear ailələr müstəsna hal idi. Ailələrin daşınması indiki dövrlə müqayisədə çox az idi.
3. Hazır olmadığı müddətcə gənc analara hamiləlikdən yayınmağa kömək məqsədilə doğuma nəzarət və ailə planlamasına icazə verilmişdi.

İndiki dövrdə peşəsi və ya universitet təhsili olan anaların özlərini bütünlükdə tərbiyə işinə həsr etmələri mümkündür. Ya da 35 yaşadək qismən işləməklə uşaqlarını tərbiyə edə bilərlər. Uşaqları yeniyetməlik yaşına çatdıqdan sonra onlar ya tam, ya da yarım iş günü işləyə bilərlər. Belə olduqda həm uşaqlar zərər görməyəcək, həm də cəmiyyət ixtisaslı və bacarıqlı analardan məhrum olmayacaqdır.

Yeniyetmələri sərişləsiz və istehlakçı hesab etmək, onların məsuliyyətli və məhsuldar olmalarını inkar etmək doğru deyildir. Elə görünür ki, dövrümüzdə uşaqlıq mərhələsi 20-ci yaşadək uzadılır. Gənclər başqalarından asılılığa vərdiş edir, məsuliyyətli, məhsuldar və müstəqil hərəkət etmirlər.

Quranda İbrahim, Yusif, Musa və İsa kimi azyaşlı peyğəmbərlərdən *(Onlara salam olsun!)* danışılır. Onlar yeniyetməlik illərində böyük işlərin öhdəsindən gələ bilmişdi-

lər. Quranda həmçinin Əshabi-Kəhf (Mağara yoldaşları) haqqında əhvalat vardır. Onlar Allaha iman gətirən, düz yolda olan, böyük nailiyyətlər əldə edən gənclər idilər.

Evlənməyi 20 yaşdan sonraya saxlamağı tələb edən müasir model qənaətbəxş deyildir. Erkən evliliklə əlaqəli digər sistemlər keçmişdə dünyanın hər yerində tətbiq olunmuşdu. Tibbə görə, hamilə qalmaq və uşaq dünyaya gətirmək 20-ci yaşların sonu və 30-cu yaşların əvvəli ilə müqayisədə erkən yaşlarda daha asandır. Yaş artdıqca ilk hamiləlik çox ağır keçir.

Məsələ ciddi, təxirəsalınmaz və mühümdür. Biz cinsi istəyin məhdudlaşdırılması və erkən evliliyin zəruriliyi dilemmasını düzgün həll etməyi bacarmalıyıq.

Peyğəmbərin səhabələri arasında yeniyetmə liderlər vardı. Məsələn, Üsamə ibn Zeyd Əhzab döyüşündə iştirak etdiyi vaxt 15 yaşında idi. O, 18 yaşında yaşlı səhabələrin də olduğu orduya rəhbərlik etmişdi. Uhud döyüşündə iştirak edən Səmrət ibn Cündəb və Rafe ibn Xədic 15 yaşlarında idilər. Əhzab döyüşündə iştirak edən 15 yaşlı döyüşçülərə misal olaraq Abdul-

lah ibn Öməri, Zeyd ibn Sabiti, Bəra ibn Azibi, Əmr ibn Hazimi, Üseyd ibn Zahiri göstərmək mümkündür. Ordusu ilə Çin ərazisinə daxil olan Qüteybə ibn Müslim Bahilinin 18 yaşı vardı.

Əxlaqsızlıq	**Nəticələr**	**Əxlaqlılıq**	**Nəticələr**
Zina asan, cəzbedici və mümkündür. Seks ucuzdur, məsuliyyətdən uzaqdır.	Zöhrəvi xəstəliklər Yeniyetmələrin hamilə qalmağı Abort Övlad sahibinə çevrilən evli olmayan uşaqlar Yoxsulluq Boşanmalar Dağılmış ailələr Birvalideynli ailələr Seks özbaşınalığı Cinayət hallarının artması Təcavüz hallarının artması	Zinaya yaxınlaşmamaq Zinanı əlçatmaz, cəzbedici və mümkün olmayan hala gətirmək Təmiz cinsi əlaqə Nikah yolu ilə cinsi əlaqə Cinsi əlaqəyə görə məsuliyyətli davranmağa təşviq	**Sağlam valideynlər** **Sağlam uşaqlar** **Bütöv ailələr** **Yaxşı liderlər** **Cinayət hallarının azalması** **Xoşbəxt ailələr** **Xoşbəxt uşaqlar** **Cəmiyyətdə təcavüz hallarının azalması**

Uşaqları cinsi təcavüzdən qorumaq

Uşaqların böyüklərə güvənməsi təbiidir və müsəlman uşaqlara böyüklərə hörmət etmək öyrədilir. Uşaqlar böyüklərin təzyiq və hədə-qorxu gələrək dediklərini etməməkdən qorxurlar. Amma uşaqlar nə etməli olduqlarını bilsələr, özlərini təcavüzdən qoruya bilərlər. Bu məqsədlə aşağıda bəzi məsləhətlər göstərilib:

– Əgər yad birisi özünü qəribə aparırsa, sənə yaxınlaşırsa, göz qoyursa, yolunu kəsirsə, səni təqib edirsə, qaç və kömək axtar. Əgər görsən ki, səndən əl çəkmir, “Yanğın!

Yanğın!" – deyə qışqır. Çünki bunu eşidən insanlar dərhal küçəyə çıxırlar. Bu isə sənin xilas olmağın deməkdir.

– Polis telefon nömrəsini (102) yadda saxla, zəng etməyi öyrən. Zərurət halında evə və ya polisə zəng etmək üçün

– Yad şəxslə maşına minmə, haraya isə getmə. Hətta o, mehriban görünüb, sənin haqqında çox şeyi: adını, valideynlərinin adını, oxuduğun məktəbin, yaşadığın yerin ünvanını bilsə də, uca səslə "yox!" deməkdən çəkinmə.

– Tərk edilmiş yerlərdən, təhlükəli məhəllələrdən keçmə. Yox, keçməli olsan, tək keçmə. Xüsusən böyük şəhərlərdə tək gəzməyə çıxma. Yaxşı olar ki, qızlar məktəbə qrupla birlikdə, ya da böyüklərin müşayiəti ilə getsinlər.

özünlə dəmir pul, mobil telefon, telefon kartı götür.

– Əgər maşında və ya evdə gözləməli olsan, qapı və pəncərələri bağla. Əgər yad birisi qapını döyərsə və ya zəng edərsə, tək olduğunu demə. Telefonda tanımadığın şəxsə ev ünvanını və ya digər məlumatları demə. De ki, valideynlərin məşğul olduqları və ya kiminsə onları narahat etməsini istəmədikləri üçün qapıya və ya telefona gələ bilmirlər. Özünü, sanki, otaqda

kiminlə isə danışırmış kimi göstər.
– Kiminsə baxışı və ya danışığı sənin xoşuna gəlmirsə, inandığın böyük şəxsə bunu xəbər ver.
– Bəzi özünümüdafiə üsullarını öyrən. Özünü müdafiə etməyin üçün güclü olmağın zəruri deyildir, lakin çevik düşünüb qərar verməyi öyrən. Elə özünümüdafiə dərsləri vardır ki, əsas diqqət döyüşməyə deyil, özünümüdafiəyə verilir.
– Valideynlər uşaq pornoqrafiyası haqqında bilməlidirlər. Uşaqları başqalarına çılpaq göstərmək olmaz. Bir çox ölkədə pornoqrafiya qanunla qadağandır. Uşaq pornoqrafiyası isə, demək olar ki, hər yerdə qadağan edilib.
– Əgər kimdənsə qorxursansa, Quranın səni qoruyan surələrini ("Fatihə", "Ayətülkürsi", "Fələq", "Nas") oxu. Lazım gəldikdə tez-tez təkrarla, Allahdan kömək istə. Allah ən yaxşı dost, ən yaxşı hami, ən yaxşı yol göstərəndir.

Uşaqlara hansı yaşda əxlaqsızlıq (fahişəlik) haqqında danışmaq olar?

Fahişəlik cinsi təhsilin mövzularındandır. Uşağın yaşını nəzərə almaq şərti ilə bu mövzunu onlarla müzakirə etmək mümkündür. Uşaqlar fahişələrin həyat reallıqlarını bütünlükdə dərk edə bilmir, onlar haqqında suallar verə bilirlər. Valideynlər bacarıqla və əxlaq çərçivəsində müzakirə aparmalı, fahişələrin hə-yatının faciəli tərəflərini uşaqlarına izah etməlidirlər. Bu, onlarda cinsi əlaqə münasibətlərinə baxışı dəyişəcəkdir.
Fahişələr gün ərzində 20 şəxslə cinsi əlaqədə ola bilir, ciddi xəstəliklərin (QİÇS və s.) daşıyıcısına çevrilir, həyatdan erkən köçürlər. Çox vaxt onları buna vəziyyət və pis insanlar sövq edir. Qızlar çox vaxt davamlı döyülmə, cinsi zorakılıq və pul tələb edən narkotik maddə asılılığı üzündən evlərini tərk edir, fahişəyə çevrilirlər. Bəzən də elə olur ki, qız uşağı tək səyahətə çıxır, oğurlanır, tanımadığı ölkədə bağlı otağa həbs edilir. O, yerli dili bilmədiyindən kim-

dənsə kömək istəyə bilmir. Bəzən elə olur ki, qaçırılmış qızlar ailələrini bir daha görə bilmirlər. Bəziləri də işə qəbul olunmaq üçün keçirdikləri görüşdə susaldılır, başqa ölkəyə aparılır, pasportu əllərindən alınır.

"Böyük Britaniyada ən azı 4000 fahişə alınıb satılmışdır. İnsan alveri ilə mübarizə qurumlarından isə bu rəqəmin yüksək olduğu bildirilib" (Morris, 2008). Bəzən qızlar dözülməz cəhənnəmi xatırladan depressiya üzündən evdən qaçır, kənarda komfort axtarırlar. Sutenyorların diqqətini cəlb edən bu qızlar onların tələsinə düşür, fahişəliyə məcbur edilirlər. Gündəlik qazandıqları pulun az hissəsi onlara, çox hissəsi isə sutenyorlara çatır. Valideynlər unutmamalıdır ki, uşaqlarının həyatını "qara əskiyə bükməklə" onları, faktiki olaraq, küçəyə "itələyirlər".

Evdə ciddi problemlərlə qarşılaşan, vəziyyətdən necə çıxacağını bilməyən uşaq etibar

etdiyi böyüklərdən (qohumlar, məscid imamı, müəllim, məsləhətçi, polis) kömək istəyəcəkdir. Evdən qaçmaq və ya narkotik maddə qəbul etmək problemdən çıxış yolu olmayıb onu daha da mürəkkəbləşdirir. Əgər uşaqlar fahişəlik haqqında heç nə bilmirlərsə, onda beyinlərində obrazlar yaratmağa, xəyallar qurmağa başlayırlar. Onlar düşünürlər ki, bu yaxşıdır, insana hey seksual həzz bəxş edir; yaxud bu, gəlirli peşədir: istədikləri kosmetikanı əldə edəcək, cazibədar paltarlar geyinəcəklər, beşulduzlu mehmanxanalarda yaşayacaq və kişilər onlara məftun olub arxalarına düşəcəklər. Əgər valideynlər həqiqəti danışmasalar, bütün bu illüziyalar qızların düşüncəsinə təsir edə bilər. Təəssüf ki, KİV əvvəllər yaşamış kurtizankaların (Horasio Nelsonun məşuqəsi Emma Hamilton və s.) "xoş" həyatını, varlı kişilərin sayəsində "yağ-bal içərisində" ömür sürdüklərini reklam edir.

Uşaq nə vaxt insest və ya təcavüzün qurbanına çevrilir?

Ailədən kiminsə azyaşlı ilə cinsi əlaqəyə girdiyini qəbul etmək valideyn üçün çox ağırdır. Bəzən bunu isbatlamaq çox çətin olur. Həmçinin valideynin buna inanmağı gəlmir. Belə vəziyyətdə yaxşı olar ki, imama, müəllimə, konsultanta, polisə müraciət edəsən. Əgər bu hal baş veribsə, polisə xəbər vermək lazımdır. Hər kəsin qorunmaq, günah cinsi əlaqəyə məcbur edilməmək hüququ vardır.

Təcavüz halları indiki dövrdə artmışdır. ABŞ-da hər dörd qadından biri həyatında bir dəfə də olsa zorlanıb. Qeyd etmək lazımdır ki, təcavüzün qurbanları hər iki cinsin nümayəndələri, xüsusən azyaşlılar ola bilir. Yaşlı qadınların da evlərinə soxulmuş bədniyyətli şəxslər tərəfindən zorlanması mümkündür.

Aşağıda iki misal göstərilib:

– Səudiyyə məhkəməsi beş uşağı zorladığı üçün bir şəxsin başının kəsilməsinə hökm çıxarmışdı. Ən gənc qurbanın 3 yaşı vardı. Zorladıqdan sonra cani onu səhrada ölmək

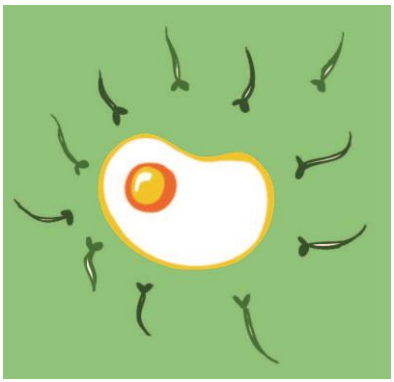
üçün qoyub getmişdi (BBC News 2009).

– London polisi 68-93 yaşlı şəxslərə on dəfə təcavüz etmiş kişini həbs etmişdi. "Gecə təqibçisi" ləqəbli caninin qurbanlarının əksəriyyəti qadınlar idi. Onların çoxu zorlamaya məruz qalmışdı (BBC News 2009).

Zorlanmış qız özünü yaralanmış, gücsüz hiss edir; onu həm qəzəb, həm də iztirab bürüyür. O elə güman edir ki, nə isə səhvə yol verdiyi üçün kişi onu zorlayıb. Bu səbəbdən özünü müqəssir hesab edir, yaxud baş verənləri kiməsə danışmaqdan utanır, xəcalət çəkir. Zorlanmış qız bunu tez polisə xəbər verməli, tibbi kömək və məsləhət istəməlidir. Bu ona görə zəruridir ki, o, hamilə qala və ya xəstəliyə tutula bilər. Həkim də onun, məsələn, oğlan dostu ilə cinsi əlaqədə olmadığını, əksinə, cinsi zorakılığa məruz qaldığını təsdiqləyə bilər. Bu, əxlaqsızlıq ittihamından qurtulmağın praktik üsuludur. Əgər qıza təcavüz olunarsa, qaçmağa çalışmalı, ya da dırnaqları ilə təcavüzçüyə müqavimət göstərməlidir. Çünki sonradan polis onun dırnaqları arasından götürülmüş dəri qalıqlarının DNT analizini aparmaqla təcavüzçünün kimliyini müəyyənləşdirəcəkdir. Qışqırmaq tövsiyə olunmur, çünki bu, təcavüzçünü həyəcanlandırar, o da qurbanının səsini kəsmək üçün onu boğa bilər. Tapılmış qadın və uşaqların çoxunun boğularaq öldürüldüyü müəyyən edilmişdir. Qışqırmaq ətrafdakıların diqqətini cəlb etsə də, kömək istəmək üçün münasib üsul deyildir. Yaxşı olar ki, şəxsi xəbərdarlıq cihazından istifadə olunsun. Ya da qurban imkan tapıb onu və ya başqa əşyaları yaxınlıqdakı pəncərənin şüşə-sinə atsın. Sındırmaq, xarabl-amaq zəmin yaradır ki, zərər görənlər tez polisə zəng edib xəbər versinlər. Bundan sonra xilas olmadan əvvəl təcavüzə məruz qalan şəxs imkan tapıb təcavüzçüdən kiçik bir şey (düymə, tük...) qoparsa yaxşı olar. Bu, polisə təcavüzçünün kimliyini müəyyənləşdirməyə kömək edəcəkdir. Həmçinin qaçmağı asanlaşdıran ayaqqabı və geyimdən istifadə yaxşı olardı. Yeniyetmələr başa düşməlidirlər ki, narkotik maddələrin qəbul edildiyi gö-

rüşlər cinsi təcavüz üçün fürsətdir. Narkotik maddə-lərin alkoqollu və adi içkilərə qatılması ehtimalını da nəzərə almaq lazımdır.
Qurbanların müalicəsi üçün məsləhətçi psixoloqa müraciət etmək lazımdır. O, qurbana keçirdiyi şokdan, hiss etdiyi qəzəbdən, qorxu və ümidsizlikdən xilas olmağa kömək edəcəkdir.

Müsəlman cinsi təhsili üçün tədris planı



İslama uyğun cinsi tərbiyə və təhsil evdə verilməli, həm də erkən yaş dövründən başlanmalıdır. Cinsiyyət orqanları və onların fiziologiyası haqqında danışmazdan əvvəl Allaha iman möhkəmləndirilməlidir. Allaha iman və Ondan qorxu olmazsa, elə güman olunar ki, cinsi istəyi təmin etmək üçün müəyyən davranış növləri məqbuldur. Ata oğluna, ana da qızına öyrətməlidir. Əgər valideynlər bunu istəmirsə, onda digər variant kimi oğlan uşaqlarına dindar kişi müəllim, qız uşaqlarına da dindar qadın müəllimə tapmaq nəzərdən keçirilməlidir. Proqram yaşa uyğun tərtib olunmalı, qızlar və oğlanlar ayrı-ayrı dərslərə gəlməlidir. Münasib cavablar tapılmalıdır. Məsələn, 6 yaşlı uşaq anasının qarnına necə düşdüyünü soruşsa, bütün aktı təfsilatı ilə təsvir etməyə ehtiyac yoxdur. Həmçinin 6 yaşlı uşaqlara rezin qoruyucudan necə istifadə etməyi başa salmaq lazım deyil. Bunu evlilikdən əvvəlki hazırlıq dərslərində izah etmək olar.

Cinsi təhsil proqramına daxildir:

Quran ayələri və hədislər

Cinsi inkişaf:

Cinsi yetkinlik mərhələsi
Cinsi yetkinlik zamanı baş verən fiziki dəyişikliklər
Cinsi yetkinliyin zehni, emosional və sosial aspektləri

Tənasül orqanlarının fiziologiyası:

Qızlarda: tənasül orqanları, menstruasiya və menstruasi-yaqabağı sindromu
Oğlanlarda: tənasül orqanları, seksual hərəkətlər (stimullar)

Hamiləlik, rüşeymin (dölün) inkişafı və doğum
Cinsi yolla keçən xəstəliklər
Cinsi münasibətlərdə sosial və dini əxlaq normaları
Həmyaşıdların təzyiqinə necə müqavimət göstərməli (Athar 1990).

Uşaqlara cinsi tərbiyə vermək lazımdır; əks halda, həmyaşıdları və informasiya vasitələrindən yanlış məlumat əldə edəcəklər. Bunu dolayısı ilə etmək lazımdır. Çünki açıq izahlar, valideynlərlə uşaqlar arasında bütün pərdələrin götürülməsi əks nəticə verə bilər. Uşaqlarınıza cinslərarası fiziki fərqlər, düzgün davranış qaydaları, islamın göstərişlərinə əməl olunduğu həyat tərzi üçün zəruri sayılan cinsi həyat haqqında danışın.

Kişi və qadınların müxtəlif rol və məqsədləri uşağın yaş dövrünə uyğun olaraq aydın şəkildə izah edilməlidir. Valideynlərin sapqın yoldaşın gətirə biləcəyi təhlükə haqqında uşağı xəbərdar etməsi çox mühümdür. Onlar yanlış davranışlardan necə uzaq qalmağı uşaqlarına göstər-məli, onlardakı bu cür davranışlardan xəbər verən əla-

mətlərə ciddi nəzarət etməlidirlər. Valideynin borcudur ki, uşağına nalayiq hərəkətlərdən yayınmağın yollarını öyrətsin, cinsi sağlamlığa dair praktik göstərişlər versin.

Valideyn uşağı yaxşı yoldaş tapmağa təşviq etməli, buna yol göstərməli, onun sağlam cinsi həyatdan bixəbər qalmağına göz yummamalıdır. Uşağın evdən kənarda gecələməsinə, qız və oğlan uşaqlarının bir yerdə yatmasına icazə vermək olmaz. Böyüklərin ciddi nəzarəti vardırsa, qız və oğlan uşaqlarının eyni otaqda yatması müstəsnalıq təşkil edir.

Cinsi tərbiyədə aşağıdakı yaş dövrlərinə müvafiq maarifləndirmə işi aparılmalıdır:

– 5 yaşlı uşağa oğlanlarla qızların fiziki fərqləri haqqında danışın;

– 10 yaşına çatdıqda uşaq cinsi yetkinlik, pollyusiya və aybaşı nədir bilməlidir;

– 15 yaşında yeniyetmələrə hamiləlikdən qorunma vasitələri haqqında məlumat vermək olar.

Tapşırıqlar

XLIV tapşırıq. Uşaqların beynini zənginləşdirin!
Bencamin Franklin dostlarını ailəvi şam yeməyinə dəvət edir, onlarla intellektual müzakirələrə girişirdi. Elə edirdi ki, uşaqları kənardan bu müzakirələrə qulaq asıb faydalansınlar. Uşaqları bilmirdilər ki, auditoriyanı əslində onlar təşkil edirlər (Franklin 1909).
Valideynlər belə qonaqlar dəvət edə, əvvəlcədən onlarla razılaşa bilərlər ki, söhbət əsnasında uşaqlar üçün əhəmiyyətli olan mövzulara toxunsunlar.

XLV tapşırıq: Uşaqlar üçün yaxşı işlər cədvəli

> *"Namazı gündüzün iki başında və gecənin bəzi saatlarında qıl. Həqiqətən, yaxşı əməllər pis işləri (kiçik günahları) yuyub aparar. Bu, yada salanlara öyüd-nəsihətdir" (Hud, 114).*
>
> Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Harada olursan-ol, Allahdan qorx! Pis əməldən dərhal sonra yaxşı iş gör ki, həmin pis əməli silib təmizləsin. İnsanlarla yaxşı davran" (Tirmizi).

Valideynlər soyuducunun qapısına uşaqların adları və hər bir adın qarşısında üç xananın: "əlavə bonus", "pis" və "yaxşı" xanalarının olduğu cədvəl yapışdıra bilərlər. Uşaqlar sözə baxdıqda "yaxşı", yanlış iş gördükdə isə "pis" xanasını işarələyin. Əgər onlar tələb olunmadığı halda yaxşı işlər görürlərsə, onda "əlavə bonus" xanasında işarə qoyun. Hətta uşaqlar valideynlərinin olmadığı yerlərdə (məktəb, qohum və dostlarının evi) yaxşı işlərlə məşğul olublarsa, "əlavə bonus"

xanasında qeydlər aparın. Təbii ki, bundan xəbər tutmaq üçün valideyn uşaqdan bu barədə soruşmalıdır. Hər həftə nəticələr hesablanmalı, qalib gələnlər mükafatlandırılmalıdır. Əgər üstəgəl işarəsi çoxluq təşkil edərsə, uşaq "hədiyə" qazanacaqdır. Əks halda, heç bir hədiyyə olmayacaqdır. Əgər uşaq heç bir hədiyyə qazana bilməyibsə, onda onu gələn dəfə üçün həvəsləndirmək lazımdır. Bəzən hədiyyə qazanmaq üçün həftələr lazım olur. Uşağın gördüyü yaxşı iş nə qədər adi olsa da, "yaxşı" xanasında işarələmə aparmaq lazımdır. Bu onu yaxşı işlərə təşviq etmək üçündür. Yəni, uşağa öyrədirik ki, hətta adi yaxşılıq nəticəni dəyişə bilir.

Uşaqları ancaq hədiyyə qazanmaq üçün yaxşı işlər görməyə alışdırmaq doğru deyildir. Amma bu üsul uşaqlıqdan onlara əxlaq və yaxşılıq duyğusu aşılayır. Həmçinin uşaqlar mücərrəd məfhumlardan çox konkret şeyləri (kiçik hədiyyələr, tərifnamələr) daha yaxşı qiymətləndirib sevinirlər. Həmçinin valideynlər uşaqlarına izah etməlidirlər ki, onların davranışlarında pis və yaxşı cəhətlər vardır. Uşağın özünü pis və ya yaxşı adlandırmaq yolverilməzdir: onların hərəkətləri ya yaxşıdır, ya da pisdir.

	Xədicə				Zərifə		
Həftənin günləri	**Əlavə bonus**	**Yaxşı**	**Pis**		**Əlavə bonus**	**Yaxşı**	**Pis**
Bazar ertəsi	√√ (bacısına çantasını daşımağa kömək edib)	√ (zibilləri atıb)				√ (Yatağını yığıb)	
Çərşənbə axşamı		√ (namaz qılıb)	X (uca səslə danışıb)				**X (bacısını vurub)**
Çərşənbə			X (döşəməyə zibil atıb)		√√ (Nənəsinə corablarını geyinməyə kömək edib)		
Cümə axşamı		√ (müəlliməyə kitab-dəftəri daşımağa kömək edib)				√ (paltarlarını yığışdırıb)	
Cümə	√√ (əla qiymətlər alıb)						
Şənbə						√ (yeməyini axıradək yeyib)	
Bazar		√ (Quran əzbərləyib)					
Cəmi	8 √		2 X		5 √		**1 X**
Balans	**6 √ (hədiyyə qazanır)**				**4 √ (hədiyyə qazanır)**		

III HİSSƏ

Xarakter və şəxsiyyətin formalaşması

On dördüncü fəsil
Xarakter və individuallıq

On beşinci fəsil
Cəsarət aşılayaq

On altıncı fəsil
Sevgi öyrədək

On yeddinci fəsil
Düzlük və sədaqət öyrədək

On səkkizinci fəsil
Məsuliyyət aşılayaq

On doqquzuncu fəsil
Uşaqları sərbəst ruhda böyüdək

İyirminci fəsil
Yaradıcı uşaqlar böyüdək

İyirmi birinci fəsil
Şəxsi ləyaqət hissi və ərköyünlük

İyirmi ikinci fəsil
Uşağınızın dostları

İyirmi üçüncü fəsil
Televizor, video və kompüter oyunlarının dağıdıcı təsiri

On dördüncü fəsil

Xarakter və individuallıq

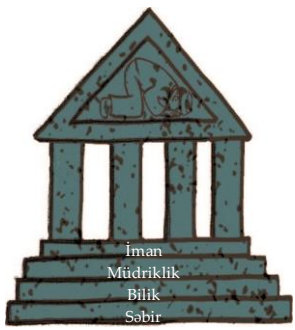
Giriş
Xarakter nədir?
Xarakterin formalaşması
Xarakter səthi olmayıb, köklü məsələdir
Şəxsiyyət nədir?
Tapşırıqlar

Giriş

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:
"İnsanların (müxtəlif) filizlərə oxşadığını görəcəksiniz. Onların Cahiliyyət dövründə yaxşı olanları islamı qəbul etdikdən sonra yenə də yaxşı olaraq qalacaqlar. Təbii ki, islam düzgün başa düşərlərsə" (Buxari və Müslim).

Başqa bir hədisdə oxuyuruq:
"Allahım, islamı bu iki şəxsdən kimi sevirsənsə onunla gücləndir: Əmr ibn Hişam və Ömər ibn əl-Xəttabla!" Ömər ibn əl-Xəttab Allahın sevdiyi şəxs oldu" (Tirmizi).

Bu iki şəxs uşaqlıqdan güclü xarakterə sahib olub, qəbilələrində lider idilər. Onlar hələ islamdan qabaq səciyyəvi keyfiyyətlərə sahib olmuşlar. Uşaqları tərbiyədə əsas məqsəd güclü xarakter formalaşdırmaqdır, düzgün anlayışlar öyrətməkdir, xeyirxah və dürüst şəxsiyyət yaradan ali dəyərlər aşılamaqdır.



Uşaqlar valideynlərinin davranışlarını özlərinə nümunə götürürlər. Bu səbəbdən valideynlər övladlarının emosional və psixoloji inkişafına həssas yanaşmalıdırlar.

Məsələn, valideyn dostu ilə görüşməyi təxirə saldıqda qarşı tərəfdən üzr istəməklə məsələni həll edir. Amma eyni hərəkəti uşaqlarına qarşı etdikdə üzrxahlıq və izaha baxmayaraq, uşaqlar özlərini əhəmiyyətsiz və lazımsız hesab edirlər. Bu ona görədir ki, uşaqlarda görüşə olan emosional bağlılıq yüksəkdir, görüş baş tutmadıqda çox məyus olurlar. Yeniyetməlik dövründə valideynlərin bu cür hərəkətləri uşaqlarda inamsızlıq yaradır.

Bundan əvvəl qeyd etmişdik ki, əsl Allah bəndəsinin əsas arzusu başqalarına nümunə,

möminlərə rəhbər olmaqdır. Bunun üçün onlar iti ağıla, fiziki intizama, güc və möhkəm xarakterə sahib olmalıdırlar. Bunlar liderlik keyfiyyətləri hesab olunur. Bu keyfiyyətlər şəxsiyyəti bina edən kərpicləri xatırladır. Əgər şəxsiyyətə aid komponentlərdə zəiflik və ya nöqsan olarsa, insanın daxili aləmində "nasazlıq" yaranacaqdır.

Xarakterin elementlərinə təkcə iman və təhsil (bilik) daxil deyildir. Hidayət bilik, iman və hikmətdən doğur. Möhkəm xarakterə sahib azmış insanların "düzəldilməsi" qənaətbəxş rasional arqumentlərlə mümkündür. Digər tərəfdən, zəif xarakterli insanlar ali mənəvi keyfiyyətlərə sahib olsalar da, özlərini lider kimi göstərə bilmirlər. De-məli, valideynlər uşaqda hələ kiçik yaşlarından xarakterik keyfiyyətlər formalaşdırmalıdırlar. Gecikmək olmaz, çünki həmin keyfiyyətləri sonradan formalaşdırmaq çox çətindir.

Xarakter nədir?

Lüğətlərdə xarakterin tərifi belədir: səciyyəvi xüsusiyyət; şəxsiyyəti formalaşdıran və fərqləndirən keyfiyyət və məziyyətlərdən biri; fərdi, qrup və milləti formalaşdıran əqli və əxlaqi keyfiyyətlər məcmusu; müəyyən və bariz xüsusiyyətlərə: şəxsiyyətə, nüfuza, mənəvi kamilliyə və əzmkarlığa sahib fərd.

Tərbiyənin məqsədi müstəqil, əməlisaleh, məsuliyyətli insan yetişdirməkdir.

Valideynlərin vəzifəsi hələ kiçik yaşlarından uşaqlara liderlik xüsusiyyətləri aşılamaqdır. Bəzi psixoloq və mütəfəkkirlər belə xüsusiyyətlərə cəsarəti, azadlığı, yaradıcılığı, sevgini, məsuliyyəti, əliaçıqlığı, dürüstlüyü, özünəinamı, etibarlılığı, müstəqilliyi, səbatlılığı, şərəfliliyi, ədalətliliyi, həqiqət və komanda işini aid etmişlər. Bəzi xüsusiyyətlər digərlərindən prinsipcə fərqlənir, bəziləri isə bir neçə xüsusiyyətin kombinasiyasından ibarətdir. Bu xüsusiyyətlərin bir hissəsini sonradan öyrətmək mümkündür. Uşaqlıq dövründə öyrədilməsi vacib olan xüsusiyyətlər də vardır.

Bu kitabda əsas diqqət aşağıdakı xüsusiyyətlərə verilmişdir: şücaət, yaradıcılıq, dürüstlük, sadiqlik, sevgi, məsuliyyət, müstəqillik və azadlıq.

Dünyanın nüfuzlu liderləri – yaxşı və ya pis olsalar da – yuxarıdakı xüsusiyyətlərdən bu və ya digərinə sahibdirlər. Böyük nümunəvi şəxsiyyətlərə Adəmi, Həvvanı, Nuhu, İbrahimi, Sarəni, Hacəri, Musanı, Məryəmi, İsa və Həzrəti Məhəmmədi *(Onlara salam olsun!)* misal göstərə bilərik. Digər liderləri də: Napoleonu, Corc Vaşinqtonu, Mao Tszedunu, həmçinin peyğəmbərimizin səhabələrini: Həzrəti Süməyyəni, Xədicəni, Aişəni, Əbubəkri, Ömər ibn Xəttabı, Əli ibn əbu Talibi, Fatiməni, Xalid ibn Vəlidi, Osmanlı cahangiri Məhəmməd Fatehi xatırlayaq. Onlar cəsur, yaradıcı və məsuliyyətli idilər. Əks halda, liderliyə layiq ola, onu qoruyub saxlaya bilməzdilər.

Musa peyğəmbərin İsrailoğulları ilə əhvalatından çıxardığımız dərs çox əhəmiyyətlidir. Musa İsrailoğullarını Misirdə fironun əsarətindən xilas etdikdən sonra böyük işlər görmək qərarına gəlmiş, amma köləliyə alışmış bu insanlara etibar etməmişdi. Çünki onlarda tələb olunan keyfiyyətlər: cəsarət, azadlıq və yaradıcılıq yox idi, əsrlər boyu kölə kimi yaşamışdılar, qorxaq idilər. Həzrəti Musa təkcə iman və biliklə onların xarakterini dəyişə bilməmişdi. Çünki gec idi; yaşları çox olduğundan xarakterləri formalaşmışdı. Musa istəyirdi ki, Sina səhrasında azad nəsillər doğulsun. Beləliklə, onları cəsur, güclü, azad, dürüst, məsuliyyətli ərənlər kimi tərbiyə edə biləcəkdi. Onların xarakterinin formalaşması 40 il çəkdi. Musa və qardaşı Harun güclü və mömin yəhudilər yetişdirmək üçün geniş və boş Sina səhrasından istifadə etdilər. Bu yəhudilər səhrada doğulmuşdular.

Valideynlər uşaqların xarakterini hələ onlar kiçik ikən formalaşdırmağa başlamalıdırlar. Çünki mühazirə və moizələr yuxarı yaşlarda xarakterin dəyişdirilməsinə az kömək edir. Valideynlərə bu işdə kömək edəcək üsullar çoxdur. Amma bu üsullardan sevginin hakim olduğu xoşbəxt ailə mühitində istifadə etmək çox mühümdür.

Xarakterin formalaşması bütün ömür boyu davam etsə də, uşaqlıq yaşında daha effektlidir.
İnsanı hadisə və şərait deyil, məhz xarakteri formalaşdırır.

Xarakterin formalaşması

Xarakterin formalaşması üçün ən effektli mərhələ erkən uşaqlıqdır. Hər yeni gün, hər yeni ideya, hər yeni hərəkət xarakterin formalaşmasına təsir göstərir.

Xarakter nə vaxt formalaşır? Sonradan xarakteri dəyişmək mümkündürmü? Bu sualların dəqiq cavabı yoxdur. Doktor Spok hesab edir ki, insanda həyata baxışın əsas cizgiləri ilk beş ayla bir il beş ay arasında formalaşır. Bu yaş dövründə uşaq özünün ayrıca fərd – individuum olduğunu hiss edir, sərbəst hərəkət etmək istəyir. Məsələn, süd şüşəsini özü daşımaq istəyir, uzun müddət bələnmiş vəziyyətdə qalmaq istəmir. Onda valideyninə qarşı münasibət formalaşır. Əgər valideyn istiqanlıdırsa, uşaq da başqalarından bunu gözləyir. Deməli, valideyndəki sevgi uşaqda da formalaşır. Yox, əgər valideyn soyuqqanlı və hər şeydən ehtiyat edəndirsə, uşaq da o cür böyüyəcək, ətrafındakılardan soyuqqanlılıq gözləyəcəkdir.

Uşaqlar özünüdərk yaşına çatdıqda özlərinin yaxşı və ya pis, cazibədar və ya istənməz olduğunu düşünürlər. Bu da onları ya bədbin, ya da nikbin olmağa sövq edir.

Əgər uşaqla valideynlərinin münasibəti yaxşı deyilsə, o, əşya və ideyalara düzgün münasibət bildirməyi bacarmayacaqdır. Bir yaş yarım və üç yaşları arasında uşaqlarda özlərinin ayrıca fərd olmağı şüuru formalaşır. Amma valideynlərindən asılı olduqlarını da yaxşı başa düşürlər. Uşaq daxili ziddiyyəti hiss etməyə başlayır: asılılıq və sərbəstlik, təmizlik və kirlənmə, sözəbaxanlıq və tərslik, məhəbbət və antaqonizm. Üç yaşın sonunda uşağın xarakteri onunla valideyni arasındakı münasibətin necəliyindən asılıdır. Xarakterin formalaşması həm də ondan asılıdır ki, bu gərgin mərhələdə valideyn və uşaqların arasında yaranmış problemlər necə həll olunur.

Xarakter 18 yaşında formalaşıb stabilləşir. Bu proses uşaqlıqdan başlanır, uşaq bağçası və məktəbdə davam edir. Bundan sonra təhsil və bilik qazanmaq gəlir. Yaxşı uşaqlar

yetişdirmək üçün şəxsiyyəti əmələ gətirən mənəvi, əxlaqi, fiziki, zehni, psixoloji və sosial aspektlərə diqqət yetirilməlidir. Bu sahələrin hər birində valideynlər uşaqları ilə möhkəm əlaqə yaratmalıdırlar. Məsələn, əgər valideyn hökmlü, uşaq isə itaətkar davranarsa, onda sonuncuda aciz və sakit xarakter formalaşacaqdır. Yox, əgər valideyn kobud olub övladına fikir bildirmək imkanı tanımazsa, ədavətli uşaqlar meydana çıxacaqdır. Sərt və təmizlik aludəsi olan valideynin övladı da – təbii ki, sözəbaxan və deyiləni edəndirsə, – vasvası və təmizlik "xəstə"si olacaqdır. Səksəkəli valideyn övladının hər addımına nəzarət edirsə və uşaq da tez təsirlənəndirsə, onda o, son dərəcə asılı birisinə çevriləcəkdir.

Bir çox psixoloqa görə, xarakter 3 yaşadək formalaşır. Amma şəxsiyyətlə əlaqəli bəzi cəhətlər sonralar mühit və şəraitin təsiri ilə əhəmiyyətli dərəcədə dəyişilə bilir. Bəzi xüsusiyyətlər isə (eyni və əks cinsdən olanlarla qarşılıqlı münasibət və s.) uşaqlığın son mərhələsində formalaşır.

Güclülər sülhə, zəiflər isə ədalətə çağırır

ABŞ-ın əsaslandığı başlıca qaydalar

Prezident Teodor Ruzvelt amerikalıları taqətdən düşməməyə, arxayınlaşmamağa çağırırdı: "Nəyin bahasına olursa-olsun rifaha və sülhə can atmaq, təhlükəsizliyi vəzifədən üstün tutmaq, komfortlu yaşamaq istəyi və tez varlanmaq nəzəriyyəsi Amerikanı dağıdacaqdır".

Prezident xəbərdar edirdi ki, cəmiyyət özünü qanundan üstün bilən kəslərə imkan verməməli, məqsədə çatmaq bəhanəsi ilə pis əməllərə bəraət qazandırılmamalıdır. Ruzveltə görə, Amerikanın əsaslandığı əsas dəyərlər bunlardır: cəsarət, şərəf, ədalət, həqiqət və səmimiyyət.

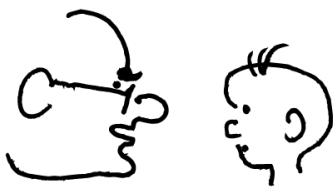
Xarakter səthi olmayıb, köklü məsələdir

Xarakter məktəbdə, yaxud təcrübədə uşaqlara ötürüləcək qədər asan məsələ deyildir. Xarakterin formalaşması şəxsiyyətin erkən təşəkkül tapması ilə əlaqədardır və bu, vaxt tələb edir. Böyük ağacın köklərinin torpaqda böyüyüb şaxələnməsi üçün illər lazımdır, – xarakter də belədir.

Müsbət xarakter həyat hadisələri qarşısında uşağın bütövlüyünü, sarsılmazlığını qoruyub saxlayır. Yaxşı formalaşdırılmış xarakter ağac yarpaqları kimi "tökülüb-dağılmır", çobanın arxasınca gedən sürüyə oxşamır. Xarakter uşaqlarda dərininə "kök atır". Əgər valideyn xarakter "toxumlar"ını uşaq dünyaya gəldiyi gündən "əkib, qayğısına qalarsa", nəcib əxlaq toxumları uşaqlarda tez bar verəcəkdir.

"Valideynin uşağa verə biləcəyi ən yaxşı hədiyyə nəcib xarakterdir" (Tawfiq, 1967).

Uşaqda xarakterin korlanması



Sən kütbeyin və axmaqsan!

Şəxsiyyət nədir?

Maraqlı sualdır. Ümumiyyətlə, şəxsiyyət haqqında üç əsas nəzəriyyə mövcuddur:

Ənənəvi nəzəriyyə. Şəxsiyyət üç tərkib hissədən ibarətdir: ağıl, bədən və ruh.

Müasir nəzəriyyə. Şəxsiyyət ancaq ağıldan ibarətdir. Fələstinli hüquqşünas Şeyx Nəbəhani iddia edir ki, bədənin

şəxsiyyətlə heç bir əlaqəsi yoxdur.

Postmodern nəzəriyyə. Bu nəzəriyyəyə görə, şəxsiyyət bir çox elementdən təşkil olunur. Pedaqoq və psixoloqların əksəriyyəti bildirir ki, şəxsiyyəti formalaşdıran amillərə fiziki, zehni, sosial, iqtisadi və mənəvi amillər daxildir. Burada əsas diqqət şəxsiyyətin başlıca elementlərinə verilir: cəsarət, sevgi, yaradıcılıq, məsuliyyət, dürüstlük, müstəqillik və azadlıq.

Etika mütəxəssisi Maykl Jozefson göstərir ki, xarakterin sütunları altıdır: etibar, ehtiram, məsuliyyət, səmimiyyət, qayğı və vətəndaşlıq (Ferguson, 1999).

Ayrı-ayrı alimlərin qeyd etdiyi keyfiyyətlərə isə daxildir: müdriklik, səbir, təvazökarlıq, təmkinlilik, ciddilik, mətinlik, sadəlik, özünəinam, fədakarlıq və əliaçıqlıq. Xarakter daxili məsələ olub, şəxsiyyətin baza keyfiyyətləri ilə əlaqəlidir. Davranışlar isə xarici təzahürdür. Adət (vərdiş) sabitdir, təkrarlanan davranış isə müəyyən vaxtdan sonra qeyri-iradi hal alır.

Növbəti fəsillərdə xarakterin səciyyəvi elementlərindən da-nışılacaqdır. Onlara daxildir: cəsarət, sevgi, dürüstlük və etibarlılıq, məsuliyyətlilik, müstəqillik,yaradıcılıq və özünəinam.

Qızılgül, uşaq və valideynlər

Uşaq qızılgül kimidir. Qızılgül çiçək açır, xoş ətir saçır, ətrafa gözəllik bəxş edir. Amma çoxlu tikanı vardır. Şəfqətli valideyn qızılgülü ehtiyatla saplağından tutur, böyüyüb çiçək açsın deyə qayğısına qalır. Amma bəzən tikanları əlinə bata bilir. Valideyn hövsələsizdirsə, tikanlardan ehtiyatlanaraq qönçədən yapışır, onu məhv edir.

Tapşırıqlar

XLVI tapşırıq. Dua əzbərləmək

Aşağıdakı duanı uşaqlarınıza əzbərlədin:

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir:

"Allahummə inni əuzu bikə minəl-həmmi vəl-həzən və əuzu bikə minəl-aczi vəl-kəsəl və əuzu bikə minəl-cubni vəl-buxl və əuzu bikə min ğələbətid-dəyni və qahrir-ricəl"

Tərcüməsi: "Allahım! Üzüntü və kədərdən, acizlik və tənbəllikdən, qorxaqlıq və xəsislikdən, borca batmaq və insanların (məni) sıxışdırmasından Sənə sığınıram!" (Əbu Davud).

Hədisdə göstərilmiş keyfiyyətləri müəyyən edib müzakirəyə çıxarın. Xarakteri formalaşdırarkən nə üçün bu kimi mənfi xüsusiyyətlərdən uzaq durmaq lazımdır? Valideynlər uşaqlarına bu mənfi xüsusiyyətləri əvəz edəcək müsbət keyfiyyətləri öyrətməyi həddi-buluğ yaşınadək təxirə sala bilərlərmi? Bu mövzuda uşaqlarınıza şəxsi təcrübənizdən nə danışa bilərsiniz?

Hədisdə göstərilmiş problemlərə diqqət yetirin:

– stress və depressiya
– acizlik və tənbəllik
– qorxaqlıq və xəsislik
– ağır borclar və insanların sıxışdırması

On beşinci fəsil

Cəsarət aşılayaq

Giriş
Cəsarət və qorxunun baza prinsipləri
Uşaqlarda qorxu hissinin inkişafı
Uşaqlara mənəvi cəsarət aşılamaq
Cəsarət və itaət
Həmyaşıdların təzyiqi
Valideynlər, cəsurluq və mədəni təcrübə
Qorxaqlıq, yoxsa utancaqlıq?
Tapşırıqlar

Giriş

Cəsurluq təhlükəli, mürəkkəb və ağrılı vəziyyətlə üz-üzə gəlmək, onunla bacara bilməkdir (onunla üz-üzə gəlməkdən çəkinmək deyil!). Qorxmamaq və ya cəsur olmaq müxtəlif keyfiyyətləri özündə birləşdirir: qoçaqlıq, mətinlik, əzmkarlıq, mərdlik və qəhrəmanlıq.

Uşaqlara cəsarət aşılamaq çox mühümdür. Ümid verməklə, uğur qazanmağa ruhlandırmaqla, gələcək arzuların gerçəkləşdirilməsinə həvəsləndirməklə uşaqlarımızı cəsur böyüdə bilərik. Həmçinin sakit qalmaqla, dəstək verib hayküy qoparmadan onlara vəziyyətə nəzarət etməyi öyrətməliyik.

Valideynlər başqaları ilə maraqlanıb, onlara kömək və hörmət göstərməklə qəhrəmanlıq keyfiyyətini (qəhrəmanlıq nəciblik və şücaətdən ibarətdir) uşaqlarına öyrədə bilərlər.

Aşağıda cəsurluqla əlaqəli davranışlar göstərilmişdir:

– haqqı təkbaşına da olsa müdafiə etmək;

– həmyaşıdların pis davranışlarına "yox" demək;

– müvəffəqiyyət qazan-mamaq, yaxud səhv etmək qor-

xusu olsa da, bəxti sınamaq;
– başqaları etiraz etsə də, şəxsi fikirləri ifadə etmək.
Aşağıda uşaqlardan cəsurluğun tələb olunduğu vəziyyətlər göstərilib:
– problem yaratsa da, doğrunu söyləmək;
– davakar və sataşqanlara qarşı durmağı bacarmaq;
– həmyaşıdların təzyiqlərinə qarşı durmağı bacarmaq;
– ilk dəfə məktəbə getmək, yeni kollektivlə tanış olmaq;
– görünüş baxımından fərqlənmək (hicab geyinmək və s.);
– əvvəlkindən daha çox uğur qazanmaq;
– fərqli fikir bildirmək.
Amma elə vəziyyətlər vardır ki, orada cəsur davranmaq abırsızlıq (tərbiyəsizlik) hesab olunur. Buraya, məsələn, valideynə, müəllimə qarşı çıxmaq, qanun və qaydalarla hesablaşmamaq və s. daxildir. Mədəniyyət və dinə ağılsızcasına hücum etmək də bu qəbildəndir. Dinlə yerli ənənələri qarışıq salmaq olmaz. Çünki bir çox ənənə islam təlimlərinə bütünlükdə ziddir. Məsələn, zorla evləndirmək, boşanma zamanı uşaqları atanın (davranışlarını nəzərə almadan) himayəsinə vermək, uşaqları, xüsusən qız uşaqlarını təhsildən məhrum etmək, qadını qanuni mirasından məhrum buraxmaq – bütün bunlara islam yox deyir. Kişilər və oğlanlar istədikləri vaxt istədikləri yerə getdikləri halda qadın və uşaqlara evdən şölə çıxmağı qadağan etmək islam təlimlərinə ziddir. Davranışlarından bir az şübhələnən kimi qadınları cəzalandırmaq yolverilməzdir. Bütün bunları, təəssüf ki, səhvən islamla əlaqələndirirlər. Həmçinin valideynin uşağı yalan danışmağa və ya özünü nalayiq aparmağa təşviq etməsi doğru deyildir.

Peyğəmbər (Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!) demişdir:

“Həmzə ibn Əbdülmüttəlib və zalım hökmdara qarşı çıxıb haqqı söylədiyi üçün öldürülən şəxs şəhidlərin böyükləridir” (Nisaburi, 1990).
Həmzə müsəlman olduqda Peyğəmbərə əziyyət etmiş kafirlərə meydan oxumuşdur. Döyüşlərin birində arxadan xaincə vurulduğu üçün “şəhidlərin böyüyü” adını qazanmışdır. Olduqca cəsur şəxs idi.
“Şücaət müsbət keyfiyyətlərin başında gəlir. Çünki cəsarətin çatmazsa, digər keyfiyyətlərini nümayiş etdirə bilməzsən” (Samuel Cekson).
Tomas Cefferson demişdir: “Bir cəsur insan çoxuna dəyər”.
“Nəzərlərin durduğun yerin hüdudlarını aşmırsa, qitələr fəth edə bilməzsən”.
“Yaxşılar cəsarətli olmadıqca şər qələbə çalacaqdır”.

Cəsarət və qorxunun baza prinsipləri

Qorxu cəsarətin əksi olub, insandakı əsas qıcıqlardan biridir. Qorxu hissinin sonradan qazanılması və ya müdafiə məqsədli əks-reaksiya olması mümkündür. Valideynlər uşaqlardakı gözlənilməz və davamlı qorxulara diqqət yetirməlidirlər. Gözlənilməz qorxu gah yaranır, gah da yox olur, – bu təbiidir. Digər tərəfdən, daimi qorxu qalıcıdır, hətta güclənməsi mümkündür. Uşaqların hündürlükdən, uçuşdan, hörümçək və itlərdən, izdihamlı yerlərdən qorxması təbiidir.

Davamlı qorxulara qalib gəlmək üçün tükənməz səbir tələb olunur. Bəzən də mütəxəssis köməyinə ehtiyac yaranır. Təbii qorxular gündəlik həyatımızın ayrılmaz hissəsidir. Çünki böyüklər və uşaqlara təhlükə qarşısında tez əks-reaksiya verməyə kömək edir. Təbii qorxulara misal olaraq, zəhərli ilanlardan, açıq alovdan qorxmaq, xlorid turşusu ilə ehtiyatlı davranmaq daxildir. İnsana gündəlik işlərini görməyə mane olan qorxu hissi qeyri-təbiidir. Uşaqlara qorxularla mübarizə aparmağa kömək edəcək bəzi təkliflər aşağıda göstərilmişdir:

– Valideynlər uşaqları cəhdlərinə görə tərifləməlidirlər. Uşaq nə isə bir şey etməyə cəhd göstərdikdə uğur qazanıb-qazanmasa da, cəhdi və səyinə görə tərifl ənməyə layiqdir. Xüsusən əxlaq məsələlərində göstərdiyi cəsarətə görə uşağı tərifləmək lazımdır. Məsələn, buraya pis iş görənlərə qarşı çıxmaq, yalan danışmaq əvəzinə doğrunu söyləmək və sair daxildir.

– Valideyn nümunəviliyi uşaqlarda şücaət hissini inkişaf etdirir. Valideynlər cəsur olarsa, uşaq da onlara oxşayacaqdır. Uşaqlar entuziast təqlidçilərdir. Çünki onlar özlərini böyüklər, xüsusən valideynləri kimi aparmaq istəyirlər. Uşaqların qorxuları çox vaxt valideynlərin qorxularına oxşayır.

– Valideynlər uşaqlarına cəsarət və lovğalıq, yaxud "özünü başqalarına göstərmə" arasındakı fərqi izah etməlidirlər. Onlar cəsarətsizliyi utancaqlıq və ya ehtiramla səhv salmamalıdırlar. Uşaqlar öz hüquqları ilə yanaşı başqalarının hüquqlarını da müdafiə etməyi öyrənməlidirlər. Həmçinin valideynlərin övladlarına "sakit cəsarət" anlayışını, yəni səhvə və pisə yox deməyi öyrətmələri çox mühümdür.

– Valideynlər evdə qəbulluq və ehtiram abı-havası yaratmalıdırlar. Çünki qorxularını açıq ifadə etmək üçün uşaqların təhlükəsiz yerə ehtiyacı vardır. Böyüklərə qəribə gö-

rünsə də, uşaqların qorxuları realdır. Valideynin uşağın qorxularına gülməsi və ya buna etinasızlıq göstərməsi yolverilməzdir. Qorxan uşağı utandırmaq, cəzalandırmaq və ya ifrat şəkildə qorumaq olmaz.

– Dəyişməz və təkrarlanan gündəlik nizam-intizam uşaqlara güc və nəzarət hissi bəxş edir. Uşaqlar çox vaxt ona görə qorxurlar ki, onların həyatında baş verən hadisələr barədə məlumatsızdırlar. Gündəlik adətləri dəyişmək zərurəti yarandıqda qabaqcadan aparılan müzakirə uşaqları buna hazırlayacaqdır. Ekskursiyalar, qonaqlar, yanğınsöndürmə təlimləri zamanı verilən həyəcan siqnalı uşaqlar üçün qorxulu ola bilər. Çünki uşaqlar bu vaxt onları nəyin gözlədiyini bilmirlər. Belə hallarda qorxularına hakim kəsilsinlər deyə uşaqlardan soruşmaq olar ki, bu vaxt nə baş verə bilər, onlar nə düşünürlər. Daha sonra baş verənləri və uşaqların nə hiss etdiyini onların özü ilə müzakirəyə çıxarmaq olar. Uşaqların bu vaxt nə hiss etdiyini öyrənmək üçün "qorxu", "qorxuram" və "qorxmuş" sözlərindən istifadə etmək mümkündür.

– Hazır olmadıqca uşaqları qorxduqları şeylə qarşı-qarşıya gəlməyə məcbur etmək olmaz. Amma görəndə ki, uşaqlar qorxuları ilə bacara biləcəklər, onda onları yavaş-yavaş qorxuları ilə mübarizəyə həvəsləndirmək olar. Məsələn, tozsoranın səsindən qorxursa, uşağa sönük vəziyyətdə olan tozsorana toxunmaq imkanı vermək lazımdır. Bu vaxt başqa birisi onu işə salsın. Bundan sonra valideyn uşağı qucağına basıb sakitləşdirsin. Üzməyi öyrəndiyi vaxt uşağınıza üzünü suyun içinə salmağa icazə versəniz, o özünənəzarəti öyrənəcək, qorxuları azalacaqdır.

– Uşağınız nədənsə qorxursa, ifrat şəkildə narahat olmayın. Çünki bu, uşağın qorxusunu artırır və o elə düşünür ki, qorxmağına əsas varmış. Həmçinin uşaqlara qorxulu hesab etdikləri şeylər barəsində münasib formada məlumat vermək lazımdır. Məlumatı sakit tonla, əminliklə verin. Məsələn, uşaq həyəcan siqnalından qorxursa, valideyn belə deyə bilər: "Bu, olduqca uca səsdir, deyilmi?" Daha sonra

əlavə edir: “Bu, təcili yardım maşınıdır, kiməsə köməyə tələsir” və s.

– Uşaqlara onları daha qorxutmayan şeylər haqqında mehriban şəkildə danışmaq olar. Bu onları möhkəmlədəcək, başqa qorxulara qalib gəlmələrinə kömək edəcəkdir.

– Uşaqlara qorxuları başa düşməyə kömək edin. Məsələn, onlara deyin ki, yüksək səslər, o cümlədən şimşək və yanğınsöndürən maşının səsi qorxulu görünə bilər. Və ya: “İtlər hürürlər, çünki bu onların “danışığıdır". Bəzən kiminsə gəldiyini xəbər vermək, bəzən də kimisə görməkdən şad olduqları üçün hürürlər”.

Uşaqların qorxularının bir dəfəyə keçəcəyini düşünməyin. Səbirli olmalısınız.

Valideyn bilməlidir ki, uşaqlar eşitdiklərini hərfən başa düşürlər. Məsələn ona: “Bax, maşının oturacağında əyləşməsən, polis səni tutacaqdır”, – desəniz, polis gördükdə ağlaya, narahat ola, qaçıb gizlənə bilər. Yaxud tanımadığı saqqalı yaşlı kişi uşağa desə ki: “Sən gözəlsən, səni özümlə evə aparacağam”, onun saqqaldan qorxmağı mümkündür. Bu səbəbdən uşaqlara ölümü yuxu kimi izah etmək olmaz. Çünki bu vaxt uşaqlar yatmaqdan qorxacaqlar. Həmçinin uşağa demək olmaz ki, böyüyüb yekə kişi (və ya qız) olduqda daha qorxmayacaqdır. Çünki bu onun psixikasına möhkəm təsir edəcəkdir.

Uşaqlarda qorxu hissinin inkişafı

Yaş	Uşaqlar daha çox nədən qorxurlar
6 ay	yad şəxslər
8 ay	valideyndən ayrı düşmək, yıxılmaq
1 yaş	valideyndən ayrı düşmək, səs-küy, heyvanlar, həkimlər, hamam
2 yaş	valideyndən ayrı düşmək, güvəcə oturmağı məşq etmək, yatma vaxtı, həkimlər, vanna otağı
3 yaş	Valideynləri itirmək, güvəcə oturmağı məşq etmək, yatmaq vaxtı, yırtıcı və bədheybətlər, kabuslar, ailədəkilərə oxşamayan, yad görünən hər kəs (saqqallı, fərqli geyinən, saçları fərqli olan və s.)
4 yaş	uca səs, heyvanlar, yatma vaxtı, bədheybət və kabuslar, ailədəkilərə oxşamayan, yad görünən hər kəs, valideynləri itirmək, valideynlərin ölümü, boşanma
5 yaş	uca səs, heyvanlar, bədheybət və kabuslar, azma, xəstəlik, uşaq bağçasına getmək, valideynləri itirmək, valideynlərin ölümü, boşanma

Hər bir uşağın bu və ya digər yaş dövründə nədənsə qorxması təbiidir. Bu, şimşək, it, qaranlıq, arı, çarpayının altında gizləndiyini düşündüyü bədheybət və s. ola bilər. Qorxu hissi uşaqlarda adətən 3-6 yaş arasında güclənir. Çünki uşaqların qorxulu şeyləri fikirləşmək və yadda saxlamaq bacarığı məhz bu dövrdə inkişaf edir.

Elə uşaqlar vardır ki, temperamentləri üzündən daha çox qorxurlar. Valideyn qorxmuş uşağı sakitləşdirdikdə onun özünü əmin-amanlıqda hiss etməsinə kömək edir. Bu hiss ona qorxu ilə mübarizədə cəsarət verir.

Südəmər uşaqlar uca səsdən, yad şəxslərdən, valideynlərindən ayrı qalmaqdan qorxurlar. Azyaşlı uşaqlar isə ilk gəzmə dövründə valideyndən ayrı düşməkdən, tanımadıqları şəxslərdən qorxurlar. Məktəbəqədər və məktəb yaşında olanlar isə qaranlıqdan, incidilməkdən, heyvanlardan, təklikdən, ölümdən qorxurlar. Çünki bu yaş dövründə onlarda təxəyyül bacarığı inkişaf edir, qorxuları üstünə qorxu gəlir. Bununla yanaşı, yuxarı siniflərdə oxuyan məktəblilər qorxurlar ki, valideynləri və müəllimlərinin onlardan gözlədiklərini doğrulda bilməsinlər. Yeniyetmələr isə çox vaxt nüvə müharibəsindən, təbii fəlakət və terrordan qorxurlar.

Uşaqlar heç gözlənilməyən şeylərdən qorxa bilirlər. Məsələn, onlar gəzməyə başladıqda narahat olurlar ki, analarından, anaları da onlardan uzaqlaşır. Və ya su ayaqyolu unitazına axıb getdikdə onlar oraya düşə biləcəklərindən qorxurlar. Oyuncaq silahlar, tanış olmayan yerlər, qələbəlik və qaranlıq uşaqlarda qorxu hissini artırır.

Uşaqlarda qorxu normadan artıq olduqda dağıdıcı təsir göstərir. Odur ki valideynlər mütəxəssislərə müraciət etməlidirlər. Bu vaxt valideyn özünə aşağıdakı sualları verməlidir: Qorxular nə qədər vaxtdır mövcuddur? Onlar uşaqlar üçün təhlükəlidirmi? Onlar normal davranış və münasibətlərə təsir edirmi? Qorxular onların yatmağı və oynamağına mane olurmu?

Uşaqlara mənəvi cəsarət aşılamaq lazımdır

Mənəvi cəsarət dedikdə nəyisə deməkdən, yazmaqdan və ya hər hansı bir emosional şeyi (ağlamaq və s.) etməkdən qorxmamaq başa düşülür. Mənəvi cəsarət həqiqi cəsarət olub, güc və həyat mənbəyidir. Kütləvi filmlər gənclərə cəsarətin ancaq bir formasını aşılayır: fiziki cəhətdən güclü olanın qarşısında dayanmaq! Düşmənlə döyüşə hazırlaşmaq, nəhəng heyvanı ram etmək, yadplanetlilərə və ya bədheybət vəhşilərə qalib gəlmək, qılıncla şər qüvvələrə müqavimət göstərmək KİV-də kişi cəsarətinin təzahürləri kimi təqdim olunur. Oğlan uşaqlarının mənəvi cəsarət nümunələrinə ehtiyacı vardır. Onlar ailədə və ətrafdakı insanlarda cəsarət görməlidirlər. Cəmiyyət əzələlərlə ölçülməyən cəsarət nümunələri təqdim etməlidir. Bəzi böyüklər mənəvi cəsarəti işdə və ya şəxsi həyatda göstərsələr də, nadir hallarda uşaqlara özlərinin cəsarət anlarını görməyə imkan yaradırlar. İnsanlar, xüsusən valideynlər uşaqlarına bu haqda danışmalıdırlar. Onlar cəsarətə dair müxtəlif nümunə və misallar gətirməli, danışıqda, əməldə, fəaliyyətdə göstərilmiş şücaət nümunələrini tərifləməlidirlər. Məsələn, filankəs cəsarətlə çıxış edib, filankəs maneələrə

baxmayaraq şücaət göstərib, filankəs özündə güc tapıb yeni dil öyrənib, filankəs çətinliklərə rəğmən kömək edib və s. Mənəvi cəsarət konkret nümunədə özünü göstərdikdə, uşaqlar tez təsirlənirlər.

Mənəvi şücaətin başqa bir təzahürü – qəzəbləndikdə emosiya və danışığa nəzarətdir. Peyğəmbər demişdir: "Güclü şəxs yaxşı güləşən deyildir. Güclü şəxs odur ki, qəzəb anında özünü ələ alır" (Buxari).

Cəsarət və itaət

Böyüklərin çoxu qorxutma və ayıblama taktikasından istifadə edən valideynləri və müəllimlərinin uşaqlıqda onlarda qorxu hissini artırdığını xatırlayırlar. Onlar həmin vaxtlar itaət göstərmənin çıxış yolu olduğunu qəbul etmişdilər; deyilənləri etmək lazım gəlirdi, əks halda, qorxudulub ayıblanacaqdılar. Onlar böyüklərin dediklərini kor-koranə yerinə yetirməli idilər. Onlara belə deyilmişdi: "Səsini kəs, yoxsa ağlamalı olacaqsan!" Belə ifadələr uşaqlarda qorxu yaradır, cəsarət hissini öldürür.

Qorxmuş və himayəsiz uşaqlar onlara münasib olmayan işlərdə qalmaqla, qeyri-münasib əməkdaşlığı davam etdirməklə "təhlükəsizlik" axtarışına çıxırlar. Qorxduqları üçün psixoloji olaraq "çökür", münasib iş tapa bilmirlər. Onlara rədd edilə bilmək qorxusu və inamsızlıq hakim kəsilib. Onlar özlərini müqəssir, naqis hesab edir, daha yaxşı şəraitə layiq olmadıqlarını düşünür, azadlıq uğrunda mübarizə aparmırlar. Azad olmaq cəsarət tələb edir. Bu insanlara yaradıcılıq öyrədilməyib; əksinə, onlardakı yaradıcılıq cəhdlərinin qarşısı daima alınıb. Onlara mütilik və tabelilik öyrədilib.

Həmyaşıdların təzyiqi

Uşaqlar balaca olduqda valideynlər onların əvəzinə mühüm qərarları qəbul edirlər. Onlar böyüdükdə şəxsi qərarları özləri qəbul etməyi öyrənməlidirlər. Yeniyetmələr elə çətin sosial situasiyalara düşürlər ki, vəziyyətdən özləri çıxmalıdırlar. Alkoqolun, narkotik maddə və seksin "dadına" baxmaları üçün dostlar və tanışları gənclərə təzyiq göstərə bilirlər. Belə vəziyyətdə "yox" demək və hər kəsə qarşı çıxmaq çox çətindir.

Təqlid – sosiallaşma – sərbəstlik
Böyümənin üç mərhələsi var: a) valideynləri təqlid mərhələsi – doğuluşdan 7 yaşadək; b) sosiallaşma mərhələsi – 7 yaşdan 14 yaşadək; c) sərbəstlik mərhələsi – 14 yaşdan 21 yaşadək.

Uşaqlar qruplara qarışmaq və onların parçasına çevrilmək istəyirlər. Onlar olduqlarından daha təcrübəli görünməyi sevirlər. Onlar "uşaq" kimi görünmək istəmirlər. Uşaq üçün özünü müdafiə etmək, doğru hesab etdiyi şeyi yerinə yetirmək (xüsusən, dostları onu pivə içməyə, siqaret çəkməyə sövq etdikdə) çətindir. Qrup uşağa təsir göstərir, ya da onu oyundan kənarda qoyur. Bəzən uşaqlar dostlardan ibarət kiçik çevrədə mənlik savaşlarına cəlb olunurlar. "Bundan sonra sənlə dostluq etməyəcəyəm" ifadəsi uşaqların bir-birinə qarşı istifadə etdikləri "silah"dır.

Hətta azyaşlı uşaqlar qrupun bir hissəsi olmaq istəyirlər. Valideynlər onlara həmyaşıdların təzyiqi məsələsi haqqında danışmalıdırlar. Həmçinin valideynlər onlara qrupda baş verəcək şeylər haqqında danışa bilərlər. Məsələn, bir dəstə uşaq gizlənqaç oynayırsa, hər kəs qaydalara riayət etməlidir. Əks halda, bir nəfərin qaydadan kənara çıxmağı oyunun dayanmasına səbəb olur. Əgər qrup riskə getmək və ya zərər gətirəcək bir şey etmək istəyirsə, imtina etmək ən yaxşı çıxış yoludur. Bir uşağın etiraz etməsi digər uşaqlara da "yox" demək cəsarəti verəcəkdir.

Valideynlər fərdi xüsusiyyətləri uşaqları ilə müzakirə edə bilərlər. Hər kəs qrupun digər üzvləri kimi olmalıdırmı? Əgər uşaqlar başqalarının fərqli xüsusiyyətlərinə hörmət etməyi öyrənsələr, yeniyetməlik və sonrakı mərhələdə daha dolğun həyata sahib olacaqlar.

Valideynlər uşaqlarına liderlər və ya idarə olunanlar haqqında danışmalıdırlar. Əgər onlar insanlardakı fərqlərə hörmətlə yanaşırlarsa, qeyriadi görünən şəxslərin fərdiliyini qiymətləndirirlərsə, uşaqları da başqaları ilə tolerant davranmağı öyrənəcəklər. Valideynlər insanları mənsub olduqları sosial siniflərə, geyimlərinə, din və irqlərinə görə mühakimə etməzlərsə, uşaqlar başa düşəcəklər ki, fərqli olmaq eyib, qüsur deyildir. Düzdür, həmyaşıdlar böyüməkdə olan uşağa təsir göstərirlər, amma valideynin təsiri daha güclü olmalıdır.

Fərdin həyatının bütün mərhələlərində dostlar çox zəruridir. Sosiallaşmaq uşaqlarda

inkişafın təbii və ayrılmaz hissəsidir. Uşaqlar qrupa uyğunlaşmağı öyrənməli, amma öz dəyərləri və səciyyəvi kimliklərini qoruyub saxlamalıdırlar. Valideynlər uşaqlara özünəinam və cəsurluq aşıladıqda onlar qrupun təzyiqinə müqavimət göstərməyə daha hazırlıqlı olurlar. Beləliklə, onları narahat edən və yanlış hesab etdikləri şeylərə qətiyyətlə "yox" deməyi öyrənirlər.

Valideynlər, cəsurluq və mədəni təcrübə

Lideri əksər hallarda cəsurluq yetişdirir. Uşaqlara cəsarətin aşılanması kiçik yaşlardan başlanmalıdır. Bu, düşündüyümüzdən də asandır. Tədqiqatlar göstərir ki, uşaqlar cəsur, ətraf mühitə qarşı qorxu hiss etmədən doğulurlar. Qorxu hissini onlara məhz valideynləri aşılayır. Onların üzündən uşaqlar heyvanlardan, qaranlıqdan, hündürlükdən, kabuslardan, bədheybət yırtıcılardan, ilanlardan, it və sudan qorxmağa başlayırlar. Tərbiyə üsulunun uşaqda cəsarət dərəcəsinə təsiri vardır. Uşaqları sözəbaxan etmək üçün bəzi cəmiyyətlərdə qorxutmadan istifadə olunur. Belə yanaşma, heç şübhəsiz ki, uşaqların iman və dinə baxışına, Quran və Allahın gözəl adlarını əzbərləmələrinə təsir göstərir. Biz bundan əvvəl qeyd etmişdik ki, qoy uşaqlar sevgi və mərhəmətdən danışan ayələri birinci öyrənsinlər. Başlanğıcda əsas diqqət cəza və cəhənnəmə deyil, sevgi və cənnətə verilməlidir.

Uşaqlara peyğəmbərlərin cəsarətindən danışın. Məsələn, İbrahim peyğəmbər məbədə daxil olaraq baltası ilə bütləri qırmış, baltasını böyük bütün boynundan asmışdı; Musa və qardaşı Harun Fironun despotluğu və zülmünə qarşı çıxmışdılar; Həzrəti Məhəmməd kafirlərin hədə-qorxu gəlmələrinə, daş və heyvan içalatlarını atmalarına baxmayaraq, Məkkədə, Kə`bədə namaz qılmışdır. Tanıdığınız şəxslərin cəsarətindən misallar gətirin. Mühüm olanı budur ki, uşaqlar Allahı hiss edərək yaşamağı öyrənsinlər. Uşaqlarınıza cəsur və əməlisaleh olmağı, özünəinamı, onları sevən Allahdan başqa

kimsədən qorxmamağı öyrədin.

Təəssüf ki, bəzi valideynlər uşaqlarını başqaları ilə oynamağa qoymur, onları ətraf aləmdən təcrid edirlər. Onlara görə, uşaqlar üzsələr, boğularlar, ata minsələr yıxılarlar, idmanla məşğul olsalar, əl və ayaqlarını sındırarlar. Valideynlər övladlarına seçmək və qərar qəbul etmək imkanı verməməklə onları qorxaq böyüdürlər. Bu da öz növbəsində uşaqlarda belə bir təsəvvür yaradır ki, bilmək, düşünmək, həll və qərar qəbul etmək təkcə valideynlərin işidir. Həmçinin uşaqları üçün əllərindən gələni edən valideynlər onları korlayırlar. Onlar uşaqlarına həyatda riskə atılmamağı təlqin edir, səy göstərib əlindən gələni etməməyi öyrədirlər. Uşağa görə çox qorxmaq, üstündə əsmək, xəstələnər və ya soyuqlayar deyə evdən bayıra çıxmağa qoymamaq səhv hərəkətdir. Valideyn səhvə yol verərək uşağına başqa uşaqlara inanmamağı, riskə getməməyi öyrədir. Əgər cəsurluğu öyrətmək barədə qərar qəbul olunubsa, uşaqları cəsarət və ağlabatan risk tələb edən vəziyyətlərdə "oyunçu" halına gətirmək lazımdır. Həmçinin uşaqlarınıza təhlükəli mühit və vəziyyətlərdə özlərinin necə qorumağın yollarını öyrədin. Məsələn, uşaqlarınıza meşədə, fabrikdə, qayıqda nəyin təhlükəli, nəyin də təhlükəsiz olduğunu izah edin. Cəsarət mədəniyyətimizin bir hissəsi olmalıdır. Unutmayın: Allah cəsur insanlarla birlikdədir!

Peyğəmbərin əmisinin adı Həmzə idi. Həmzə "şir" deməkdir. Cəsarətli və güclü şəxsiyyət olduğu üçün onu "Allah və Peyğəmbərin aslanı" adlandırmışdılar.

Uşaqlara heyvanlardakı cəsarətdən bəhs edən hekayələr danışa bilərik: şir yuvasında tülküləri qorxudan xüsusi qoxu olur. Şir uzaqda olsa da, tülkülər onun yuvasına yaxınlaşa bilmirlər. Bəzi quşlarda, məsələn, alacəhrələrdə, hətta hündürdən uçsalar da, anadangəlmə qorxu hissi var. Şahinlər isə öldüklərində belə cəsur və qürurlu görünürlər.

"Qorxu axınının qarşısını almaq üçün cəsarət səddi inşa etməliyik" (Martin Lüter King).

Qorxaqlıq, yoxsa utancaqlıq?

Biz qorxaqlığa deyil, həyaya çağırırıq. Cəsarətsizlik qapalılıqdır, başqaları ilə görüşməkdən qorxmaqdır. Həya isə başqalarına qarşı diqqətli olmaqdır, nəzakət və ehtiramdır. Həmçinin həya o deməkdir ki, insan özünü göstərməkdən, yekəxanalıqdan uzaqdır.

Tapşırıqlar

XLVII tapşırıq. Qorxu təcrübəsini bölüşün

Keçirdiyiniz qorxu hisslərini və bu vaxt nə etdiyinizi uşaqlarınıza danışın. Qoy uşaqlar öz fikirlərini bildirsinlər, öz təcrübələrini danışsınlar.

XLVIII tapşırıq. Qorxaq yetişdirməyin 9 qaydası

Aşağıdakıları ailənizlə müzakirə edin. Əgər bu səhvlərə siz də yol vermişsinizsə, yaranan mənfi təsirləri necə aradan qaldırmaq haqqında düşünün:

– Uşağı, xüsusən dostlarının yanında danlayıb pərt edin.

– Onu alçaldıcı adlarla çağırın və deyin ki, heç nəyə yaramır.

– Heç vaxt uşağınıza güvənməyin, dediklərini təsdiqləməyin. Ona deyin ki, heç vaxt doğru danışmır, başqaları həmişə haqlıdır.

– Etdiyi bütün yaxşı işlərə etinasız yanaşın, pis işlərini isə ona irad tutun.

– Bacıları, qardaşları əmi və dayı uşaqlarına ondan yaxşı münasibət bəsləyin. Müqayisə aparıb deyin ki, onlar ciddi və zəhmətkeş, o isə eybəcər və tənbəldir.

– Təhlükəsizlikdə olsun deyə onu həmişə yanınızda saxlayın.

– Ona həmişə hədiyyə alıb ərköyünləşdirin.

– Kiminlə isə danışmağına icazə verməyin. O, başqalarının yanında həmişə susmalıdır.

– Təşəbbüs göstərməsinə imkan verməyin. Ona başqalarından asılı olmağı, hər növ riskdən uzaq durmağı öyrədin.

XLIX tapşırıq. Cəsarət və iman.

Uşaqlarınıza qüreyşlilərin Peyğəmbərə necə mane olmaq istədikləri haqqında danışın. Belə ki həmin vaxt Peyğəmbər deyibmiş:

"Əmi, Allaha and olsun ki, bu işdən əl çəkim deyə günəşi sağ, ayı da sol əlimə qoysalar, yenə də vaz keçməyəcəyəm! Ya Allah bu dini müzəffər qılacaq, ya da mən (bu yolda) həlak olacağam!"

1. Allaha dəvətdən əl çəkməyəcəyini bildirən Peyğəmbərin bu davranışında nə kimi cəsurluq elementləri vardır?
2. Digər peyğəmbərlərin cəsarətinə dair misallar gətirin.
3. Peyğəmbərin səhabələrinin cəsurluğuna dair misallar gətirin.
4. İndiki dövrdə müxtəlif din mənsublarının göstərdiyi şücaət haqqında danışın.

Cəsarətli davrandığınız vəziyyətlər haqqında danışın. Bu vaxt sizin üçün çətin olanı nə idi? Nə edə bildiniz? İnsanların münasibəti necə olmuşdu?

Xahiş edin ki, uşaqlarınız da özləri haqqında danışsınlar.

L tapşırıq. Cəsarət. Yeniyetmələr üçün sınaq

Cəsursunuzmu? Misallar gətirin.

	doğrudur	səhvdir
Təkbaşına olsam da, haqqı müdafiə edirəm		
Həmyaşıdlarımın mənfi təzyiqlərinə boyun əymirəm		
Qorxu və uğursuzluq yenidən cəhd göstərməyimə əngəl deyildir		
Başqaları təslim olsa da, özümü ifadə etməkdən çəkinmirəm		
Risk altına girməyə və qərar qəbul etməyə hazıram		
Özümü cəsur sayıram, çünki...		

LI tapşırıq. Müharibə və fəlakətlər vaxtı uşaqlarda qorxu hissini azaldın.

Dövrümüzdə bir çox uşaq müharibə və təbii fəlakətlərin qurbanı olur. Valideynlər aşağıdakıları etməklə uşaqdakı qorxu hissini azalda bilərlər:

1. "Xəbərlər" proqramı vaxtı televizoru söndürün. Amma onlara xəbərlərə dair ümumi məlumat verin.
2. Onların gündəlik nizam-intizamını qoruyun (yatmaq saatı, futbol, yemək vaxtları, namazlar və s.).
3. Uşaqlarınızın qayğısına qalın, onları əllərinizin arasına alın, qucaqlayın, onlarla vaxt keçirin, onlara diqqət ayırın. Qulaq asıb hisslərinə ortaq olmaqla ünsiyyətə həvəs yaradın.
4. Qorxulu vəziyyətlərdə təmkinli olun: qorxmayın, təşvişə düşməyin, xəbərlər sizi gözümçıxdıya salmasın.
5. Elə edin ki, uşaqlar süni vasitələrlə (məsələn, oynamaqla, teatr düzəltməklə: əsgərlər və yaralı vətəndaşlar üçün hospital, əsirlər üçün yer, qaçqınlar üçün sığınacaq qurulur, onlara hansı növ yeməklərin verilməsi müəyyən olunur, müharibə qurbanlarına yardım agentlikləri təsis edilir, dualar oxunur və s.) müharibənin nə olduğunu başa düşsünlər.
6. Digər ölkələrdə müharibə və fəlakət qurbanı olmuş uşaqlarla əlaqə yaradın, onlara məktub və hədiyyələr göndərin.
7. Təklif edin, uşağınız müharibənin viran qoyduğu ölkənin prezidentinə və ya düşmənə, ya da fəlakətdən sağ qalanlara məktub (Allaha dua motivi də olsun) yazsın. Əsgərlər üçün sülh məzmunlu şəkil çəkin, yaralanmış şəxsə peçenye bişirib göndərin, sağ qalanlara yardım fondu üçün pul toplayın.

LII tapşırıq. Dost qalmaqla necə "yox" deməli?

Uşağınıza əminliklə "yox" deyə bilməsi üçün dörd addımdan ibarət strategiya öyrədin. Uşağın yaşından asılı olaraq bir neçə vəziyyəti sınaqdan çıxara bilərsiniz.

Məsələn: Uşağınızın dostu istəyir ki, o, siqaretin, pivənin və ya narkotik maddənin dadına baxsın, sekslə məşğul olsun.

Birinci addım. "Xeyr, sağ ol, istəmirəm" demək.

Dostlar və tanışların təzyiqindən qorunmağın ilk yolu sadəcə olaraq "yox, sağ ol, istəmirəm" deməkdən ibarətdir. Məsələ çox vaxt bununla bitmiş olur. Siz öz seçiminizi etmişsiniz və başqaları ona hörmət etməlidir.

İkinci addım. Təkrarən "xeyr, sağ ol" demək.

Bəzən başqa uşaq təzyiq göstərməyə davam edir. Hey israr edir ki, heç olmazsa bir dəfə dadına baxasınız. Cavabında təkrarən deyin: "Xeyr, sağ ol, istəmirəm". Yeri gələrsə, "Bu haramdır, dinimə ziddir", – deyin. Cavabınızı bir neçə dəfə deməkdən usanmayın, mövqeyinizə bəraət qazandırmağa çalışmayın. Təklifində israr edən uşaq, axırda, eyni cavabı eşitməkdən bezib sizdən əl çəkəcəkdir. Əgər bunun da xeyri olmazsa, istəməməyinizin səbəbini aydın və qəti dillə izah edin.

Üçüncü addım. Təzyiqi onun özünə yönəldin: "Nə üçün mənə təzyiq edirsən?"

Əgər kimsə bu məsələdə zəhlənizi tökürsə, təzyiqi onun özünə yönəldin. Ona deyin: "Nə üçün mənə təzyiq edirsən?" Bu təzyiqi azaldıb, onu məcbur edəcəkdir ki, hərəkətini sizə izah etsin, problemin sizdə deyil, onda olduğunu nümayiş etdirsin. Aranızdakı münasibəti qorumaq üçün alternativ təklif etmək olar.

Dördüncü addım. Üzr istəyin və gedin: "Bağışlayın, mən getməliyəm".

Ona: "Üzr istəyirəm, getməliyəm!" – deyərək uzaqlaşın, amma mübahisə etməyin. Davranışlarınızı kiməsə izah etməyə, sizi narahat edəcək təzyiqlərə dözməyə məcbur deyilsiniz.

Uşaqlarınızı sinifdə kimsə onlardan nalayiq şeylər etməyi istədikdə "yox" deməyin üsulları haqqında düşünməyə həvəsləndirin. Uşaqlar dostluğu saxlamaqla "yox" deməyi öyrəndikdə, – bu onları təzyiqdən xilas edəcəkdir.

(www.ehow.com saytından götürülmüşdür).

LIII tapşırıq. Cəsurluq – bu, ...

Uşağa aşağıdakı tezisləri real nümunələrlə izah edin:

Cəsurluq:

– Kütlənin deyil, vicdanının səsinə qulaq asmaqdır.

– Zərərli və nalayiq davranışlara ortaq olmamaqdır.
– Başqaları üçün fədakarlıq göstərməkdir.
– Başqaları razılaşmasa da, düşündüyünüzü deməyinizdir.
– Davranış və səhvlərə görə məsuliyyət daşımaqdır.
– Qayda və qanunlara riayət etmək, başqalarını buna həvəsləndirməkdir.
– Risk gedərək doğru bildiyiniz şeyi etməkdir.
– Zalıma qarşı çıxıb, yaxşılara arxa olmaqdır.

On altıncı fəsil

Sevgi öyrədək

Giriş
Emosional səlahiyyət prinsipləri
Sevgi: Quranda yaradıcı zəka anlayışı
Valideynlərə faydalı məsləhətlər
Uşaq: “Sənə nifrət edirəm!” – deyərsə
İlk uşaq
Nə üçün valideynlər öz uşaqlarını sevirlər?
Aktyorlara sevgi, pis oyuna nifrət!
Sevgi və özünəinam
Şəfqət hissini inkişaf etdirməyin praktik yolları
Uşağın özünü sevimli hiss etməsi üçün...
Valideyn nifrət hissi aşılamalıdırmı?
Tapşırıqlar

Giriş

Uşaqlar dünyaya gəldiyi andan sevməyə və sevilməyə hazır olurlar. Valideynlər bunu inkişaf etdirməlidirlər. Altıncı həftədə uşaq valideynin onunla səsli oynamasına reaksiya verir. Valideynin sevmə bacarığı uşaqda müxtəlif bacarıqların inkişafında rol oynayan mühüm amildir. Altı aydan sonra bu amil uşağa ciddi təsir göstərməyə başlayır.

Valideynlər uşağa olan sevgini gizlətməməli, açıq və konkret şəkildə ifadə etməlidirlər. Anqlosaks əsilli amerikalılar, xüsusən atalar və oğullar arasında sevginin fiziki təzahürlərindən yayınma ənənəsi mövcuddur. Bu da öz növbəsində amerikalı uşaqların nə üçün erkən yaşda qarşı cinsə meylli olduqlarını qismən izah edir. Onlar uşaqlıq dövründə valideynlərin onları sevdiklərini hiss edə bilmirlər. Tərbiyə mütəxəssisi doktor Spok ata və oğul arasındakı sevgi çatışmazlığını tənqid edir. O, ata qayğısının olmadığı mühitdə böyümüş, uşaqlarına da eyni modeli tətbiq etməklə səhvə yol vermişdi. Müsəlman və digər ənənələrdə isə bunun əksi mövcuddur: atalar övladlarını qucaqlayır, sığallayır, öpür, əllərini sıxırlar.

Uşaqlar insanlar haqqında ilk təəssüratları valideynlərindən alırlar. Əgər valideyn sevgi ilə aşıb-daşan biridirsə, uşaqda sevmək bacarığı inkişaf edəcəkdir. Uşaq hər kəsin səmimi və xeyirxah olduğunu düşünəcək, kimdənsə qorxmayacaqdır. Valideyn hətta biryaşlı uşaqla lazımsız konfliktlərdən çəkinməlidir. Uşaqlara təhlükəli və tezsınan şeylərə (dərman, stəkan bıçaq və s.) toxunmağı qadağan etmək üçün bütün bunları onların əlinin çatacağı yerlərdən götürmək lazımdır. Nəticədə siz onlara daha az "yox!" deyəcəksiniz. Evdə sevgi və əmin-amanlıq olmalıdır.

Ana süd verməklə uşağa sevgi aşılayır. Uşaqları qucaqlamaq, gülümsəmək, tumarlamaq, öpmək lazımdır. Valideyn uşağını sevdiyini sözlə ifadə etməlidir.

Uşaq böyüdükdə valideynin başqaları ilə davranışını müşahidə edir. Valideynin sevən və mehriban, yoxsa sərt və qəddar olmağı uşağın dünya-

görüşünə, davranış və başqaları ilə münasibətinə təsir göstərir. Həmçinin uşaqlar valideynlərinin ev və çöl heyvanlarına, bitki və ətraf mühitə olan münasibətinə diqqət yetirirlər. Valideynlər uşaqlarına göstərməlidirlər ki, günəşə, yağışa, qara, ay və ulduzlara görə Allahdan razıdırlar. Onlar təbiətə sevgi və qayğı ilə yanaşmalıdırlar.

Valideynin pis və yaxşı günlərdə uşağa verdiyi ən böyük hədiyyələrdən biri sevgidir.
Sevən valideynin gücü ən böyük güclərdən biridir.

Valideyndən gələn şəfqət və sevgi uşaqlarda sağlam emosional inkişafı təmin edir. İlk iki-üç yaşlarında uşağın şəxsiyyəti valideynləri və ya dayələr tərəfindən formalaşdırılır. Lazımi qayğının göstərilmədiyi yetim evlərində yaşayan, laqeydliyə tuş gəlmiş uşaqlar ömürlük travma ala bi-

lirlər. Keçmişdə, SSRİ-dəki vəziyyət buna misaldır.
Uşağın düşüncə və hisslərinə etinasız münasibət onu inkişafdan saxlayır. Qayğı və sevgi ilə əhatələnmiş uşaqlar daha yaxşı inkişaf edirlər.

Emosional səlahiyyət prinsipləri

Valideyn uşağı aşkar sevgi ilə əhatə etdikdə ondakı emosional gücü inkişaf etdirir. Uşağınıza hiss etdirin ki, onunla fəxr edir, kiçik uğurlarına, mehribanca oynamasına sevinirsiniz. Suallarını cavablandırın, sərbəst şəkildə, amma təhlükəsiz yerdə oynamalarına imkan yaradın, onlara kitab oxuyun, şəkillər göstərin. Uşaqlar başa düşürlər ki, zəifdirlər, təcrübələri yoxdur, asılıdırlar, valideynlərinə onların sahibi kimi baxırlar, sevgi və himayəyə möhtacdırlar.
Uşaqlar valideynlərini həmişə müşahidə edir, özlərini instinktiv olaraq onlarla müqayisə edirlər. Bununla da onlarda xarakter, şəxsiyyət və əməkdaşlıq qabiliyyəti formalaşır. Onlar kiçik yaşlarında valideynlərinin hərəkətlərini izləməklə gələcəkdə vətəndaş, işçi, həyat yoldaşı, valideyn olmağı öyrənirlər.
Valideynlər öz sevgilərini müxtəlif üsullarla ifadə edə bilərlər: xoş sima, mehribanlığı fiziki hərəkətlərlə ifadə etmək, uşaqların uğurlarına sevinmək, qorxduqlarında və ya zədələndiklərində sakitləşdirmək, hədə-qorxuya məruz qaldıqlarında əmin-amanlıqda olduqlarını hiss etdirmək. Məhz valideyn sevgisi uşaqlarda sevgi hissi yaradır. Məhz valideyn sevgisi sayəsində uşaqlar gələcəkdə dostları, müəllimləri, həyat yoldaşları, övladları, qonşuları və iş yoldaşları ilə müsbət əlaqələr qururlar.
Valideynləri tərəfindən sevilib ehtiram göstərildikdə uşaqlarda özünəinam formalaşır. Bu inam onlara özlərini başqa insanlarla rahat hiss etmələrinə kömək edir. Sevgi və ehtiram görən uşaqlar eyni şeyi ətrafındakılara göstərirlər.
Dostluq münasibətlərinin yox olduğu müasir cəmiyyətlərdə uşaqlara sevməyi öyrətmək lazımdır ki, onları hər tərəfdən əhatə edən sərtlik kom-

pensasiya olunsun. Əgər valideyn uşağa sevgi aşılamırsa, o bunu başqa harada öyrənə bilər ki?!

> Peyğəmbər demişdir: "Bədəndə bir ət parçası var: yaxşı saxlanılarsa, bütün bədən yaxşılaşar; yox, korlanarsa, bütün bədən korlanar. Bu ət parçası ürəkdir" (Buxari və Müslim).

Sevgi: Quranda yaradıcı zəka anlayışı

Quranda qəlb intuisiya, idrak, sevgi və həmdərd əzası olaraq göstərilir. Ürək Riyaziyyatı İnstitutundan (Boulder Krik, Kaliforniya, ABŞ) bildirilmişdir ki, ürək sensor (hissedici) duyğuların əvəzlənməsi, mübahisəli məsələlərin həll edilməsi, dəyərlərin nümayiş etdirilməsi üçün güclü "aparat" rolunu oynayır. Qəlb və beynin sevgi ilə həmahəngliyi bitkin zəka və "öz" yaradır. Ruh və qəlb bədənin mənəvi və emosiya mərkəzləridir. "Ürəyimizcə olanda" kəşf etmək, öyrənmək, yaratmaq istəyirik. Uşaqlar "ürəyincə olanda" daha yaxşı qulaq asırlar. "Ürəyimizcə olmayanda" bizə ümidsizlik, qəzəb, usanma, narahatlıq hakim kəsilir, problemlərimiz həll edilməz görünür. Sevməyi öyrənmiş uşaqlar bitkin və balanslaşdırılmış olur, həyata baxış tərzlərini inkişaf etdirir, müdrik qərarlar verir, özləri və başqalarının qayğısına qalır, uşaqlarına sevgi anlayışını ötürürlər (Bradley və başqaları, 2009).

"Emosional zəka" kitabında Qouleman göstərir ki, uşağın aldığı emosional dərslər onun beynini formalaşdırır. Həyatda seçilən şəxslər adətən yüksək məntiqi düşüncə qabiliyyətinə sahib olmurlar. Onların yüksək emosional düşüncə bacarığı olur. Emosional zəka impulsivliyə, xarakterə, şəxsi nizam-intizama, altruizm və lütfkarlıq hissinə nəzarəti təmin edir (Goleman, 2005).

Uşaqların intellektual bacarıqlarının sevgi vermə və alma bacarıqlarından ayrı olmağı fikri uydurmadır. Təsəvvürlər, əqli və emosional münasibətlər, əks-reaksiyalar, qərarvermə bacarığı – bütün bunların qəlbin sağlamlığı ilə əlaqəsi vardır. Ürəyin

elektrik ritmləri balanslaşdırılmış və həmahəng olduqda beyin yaxşı işləyir. Sevgi, qayğı, təşəkkür bildirmək və şəfqət ürəkdə balanslaşdırılmış və həmahəng ritmləri təmin edir.

Ürək və ağıl arasında balans yarandıqda insanda müdriklik, güc, dürüst qərar vermə, düzgün ünsiyyət bacarığı inkişaf edir. Sevgi artdıqca həssaslıq artır, ünsiyyət aydınlaşır, ortaq məxrəcə gəl-mək mümkün olur. Sevgi, lütfkarlıq və qədirbilənlik yaradıcılıq qabiliyyətini artırır, problemlərin həllini asanlaşdırır, dəqiq qərarlar verməyə şərait yaradır.

Uşaqların sevgiyə ehtiyacı olanda davamlı qorxu və narahatlıq hiss edirlər. Onlar stressə düşür, uyğunlaşma bacarıqları azalır. Stressdə olduqları üçün beynin neyron modelləri stresslə əlaqəli neyron modellərinə əlavə olunur. Sevgidən məhrum uşaqlar məktəbdə uğur qazana bilmirlər. Sevginin hakim kəsildiyi mühitdə uşaqlar yaxşı oxuyurlar.

Fiziki ürək sevgiyə cavab verir və bunu elektrokardioqramda və ürək yığılmalarının tezliyində görmək mümkündür. Qəzəb, narahatlıq, ümidsizlik, stress ürək döyüntülərində nizamsızlıq yaradır. Müsbət hisslərə sahib olmaq, gələcəyə ümidlə bax-maq üçün uşaqların sevgiyə ehtiyacı vardır.

Doktor İlham Talib göstərir ki, “səni bütün qəlbimlə sevirəm” və ya “səni səmimi qəlbdən sevirəm” demək doğrudur, çünki qəlb hiss, sevgi və emosiyaların olduğu yerdir.

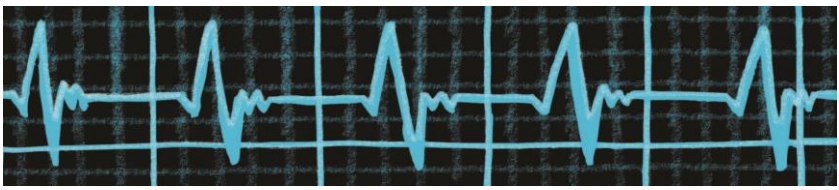
Quranda qəlb

Quranda insan qəlbi bir çox formada təsvir olunur. Bütün bu formalar göstərir ki, qəlb mexaniki nasos olmaqdan çox nə isə böyük şeydir. Quranda qəlbin ən mühüm təsvirləri aşağıdakı kimidir:

Müsbət cəhətlər
İman: inanc, iman, əqidə
Təqva: mö-minlik, itaət, mütilik
Hidayət: düz yolda olma
Təəqqül: ağıl, kamal
Ləyyin, lin: yumşaq, yum-şaqlıq
Xüşu: Allaha itaət, mənəvi mütilik
Xeyir: yaxşılıq
Qüvvət: güc, qüvvət
İtmi`nan: xatircəmlik, aramlılıq
Rafət: rəhm, şəfqət
Təharət: təmizlik, paklıq
Münib: itaət
Yəfqəhun: fəhm, başa-düşmə
Səkinə: sakit-lik, sülh, əmin-amanlıq
Rəhmət: mərhəmət

Mənfi cəhətlər
Mərəz: xəstəlik
Asimun: gü-nahlar
Nifaq: ikiüzlü-lük
Ru`b: qorxu, vahimə
Qasiyə: sərtlik, daşürəklilik
Yəziğ: sap-dırma
Münkirə: inkar
Tə`mə: korluq
Ğill: kin-küdurət
Tərtab: şübhə
Ğəmrət: cahil-lik, nadanlıq
Kəlhicarə: so-yuqluq
Lahiyə: əylənmə, lağ-lağılıq

Quranda 145 yerdə ürəkdən danışılır. Qəlb haqqında biliklərimizi genişləndirmək üçün yeni-yeni araşdırmalara ehtiyac vardır.



Uşaqlar bir şeyi qəlbən etdikdə daha sözəbaxan və həssas olurlar.

Valideynlərə faydalı məsləhətlər

Uşaqlar sevilmək üçün doğulublar. Bu hissin inkişafı valideynlərdən asılıdır. Əgər valideynlər uşaqlarına sevgi bəsləsələr, onlarda sevməyə həvəs yaradacaqlar. Uşaqlara sevgi aşılamağın bəzi qaydaları aşağıda göstərilmişdir:

– Onları hələ balaca ikən sevin.

Uşağı sevgiyə qərq edin. Onu yedirərkən qollarınızın arasına alın, qucaqlayın, öpün, danışın. Bütün bunlar ona sevgi və əmin-amanlıq hissi bəxş edəcəkdir.

– Uşağa onunla necə davranılmasını istəyirsə, başqaları ilə də o cür davranmağı öyrədin.

Uşağa öyrədin ki, başqaları ilə eqoistcəsinə davranmaq olmaz. Əgər uşaq başqaları ilə davranarkən özünü onların yerində təsəvvür etməyi öyrənsə, düşüncəli hərəkət edəcəkdir. Uşaqlara ədavət deyil, mehribanlıq aşılayın.

> *"Sizə salam verildiyi zaman onu daha gözəl alın və ya (eynilə sahibinə) qaytarın! Şübhəsiz, Allah hər şeyi hesaba alandır" (ən-Nisa, 86).*

– Nümunəviliyinizlə sevməyi öyrədin.

Valideynlər uşaqları, bir-birini və ailənin digər üzvlərini necə sevdiklərini uşağa göstərməlidirlər. Sevginizi açıq-aşkar ifadə edin, uşaqlarınız da eyni cür hərəkət edəcəklər.

– Hər kəsin fərdi olduğunu nəzərə alın.

Hər bir uşağın öz kimliyi vardır. Valideyn uşağın şəxsiyyətini alçaltmamalı, ona sevgini düzgün şəkildə ifadə etməyi öyrətməlidir. O, səbirsiz uşaqlara səbri, qorxaqlarına cəsurluğu, xudbinlərinə də əliaçıqlığı sevməyi öyrətməlidir.

Uşaq: “Sənə nifrət edirəm!” – deyərsə

Sevgiyə, öpmə və qucaqlamalara, hədiyyə və oyuncaqlara, həkim məsləhətinə, sonsuz təsəllilərə baxmayaraq, sevimli övladınız sizə: “Sənə nifrət edirəm”, – deyə bilər. Uşaq, doğrudanmı, valideyninə nifrət edir? Təbii ki, yox.

Fakt budur ki, uşaqlar valideynlərin onları saqqız çeynəməyə, gecə qonaqlıqlarına getməyə qoymadıqlarından xoşlanmırlar. Onlar bu sözü nifrətdən deyil, əsəbiləşib sarsıldıqları üçün söyləyirlər. Uşaqlar çoxdan öyrənirlər ki, “sənə nifrət edirəm” deməklə özünə diqqəti çəkmək mümkündür. Valideynin buna reaksiyası mənfi olsa da, diqqətini dərhal baş verənlərə verir. Həmçinin valideynlər o qədər sarsılırlar ki, güzəştə gedir, uşağın dediyinə razılıq verirlər: təki uşaq desin ki, həmin sözü başqa məqsədlə söyləyib. Uşaqlar bu sözü söyləməklə valideynlərin qoyduğu sərhədi aşmaq, çərçivələri qırmaq istəyirlər. Bu vaxt valideynin təmkinini qoruyub saxlamağı çox mühümdür: uşaq sadəcə olaraq onun necə reaksiya verəcəyini gözləyir; tezliklə başa düşür ki, “sənə nifrət edirəm” ifadəsi lazımi diqqəti təmin etmir, deməli, gələcəkdə valideynilərini manipulyasiya edə bilməyəcəkdir. Valideyn bu ifadəyə sərt reaksiya verməməlidir. Məsələn, o, uşağına belə deyə bilər: “Görünür, bu sözü deyərkən hirsli idin”. Bundan artığını demək, uşağı incitmək olmaz. Yaxşı olar ki, bu vəziyyətdə valideyn yan otağa keçib divanda əyləşsin, dərindən bir neçə dəfə nəfəs alsın. Təsəlli ver-

məsi üçün həyat yoldaşını da yanınıza çağıra bilərsiniz. Daha sonra uşağınızla sakit şəraitdə danışın.

İlk uşaq

Böyük arzuları olan valideynlər istəyirlər ki, uşaqlarının da arzuları böyük olsun. Valideyn istəyir ki, uşağı da onun kimi keyfiyyətli təhsil alsın. Həmçinin o, müvəffəq olmadığı işlərdə uşağının uğur qazanmağını arzulayır. Valideynlər qorxur ki, birinci uşaqları onların səhvlərini təkrarlayar. Digər tərəfdən, valideynlər ikinci uşaqda güzəştli davranırlar. Bu səbəbdən ikinci uşaq birinci ilə müqayisədə davranış və hisslərində daha müstəqil olur.

Valideynlərə deyirik: "İlkbeşiyinizi rahat buraxın. Qoyun o necədirsə, elə olaraq qalsın". Bu ilk dəfə at və ya maşın sürən şəxsi tıncıxdırmamaq üçün onu sakit buraxmağa oxşayır. Uşağınızı başqa uşaq-ların oynadığı yerlərə aparın. O, başqalarına qaynayıb-qarışmağı, alıb-verməyi öyrənəcəkdir. Qonaq getmək, başqalarını qonaq çağırmaq uşaqlar üçün çox faydalıdır. Uşağın başqa uşaqlarla vaxt keçirməyi sevginin əsasını əmələ gətirir.

Bəzi sosioloqlar valideynlərə aralarında çox vaxt buraxmadan uşaqlara sahib olmağı tövsiyə edirlər. Nəticədə, ailədə tək uşaq deyil, uşaqlar böyüyürlər. Onlar həmyaşıdlarını ailə daxilində tapırlar. Həmçinin valideyn üçün bütöv bir nəsli bir dəfəyə tərbiyə etmək, həyatın digər mərhələsinə adlamaq asanlaşır. Amma arada çox vaxt buraxılsa, evdə həm südəmər, həm azyaşlı, həm də yeniyetmə uşaqlar olacaqdır. Eyni vaxtda üç nəsil uşağı tərbiyə etmək, heç

şübhəsiz, valideyn üçün asan iş deyildir.

Paxıllıq sevginin əksidir. Bu o deməkdir ki, başqalarının sahib olduğu bütün yaxşı şeylər sənin olmağını istəyirsən. Bu olduqca ciddi problemdir, valideynlər hələ kiçik yaşından uşağı bundan qorumalıdırlar. Peyğəmbər həsədi ictimai şər hesab etmişdir:

"İnsanlar bir-birinə paxıllıq etmədikcə xeyir içərisində olacaqlar" (Təbərani).

Ailədə yeni uşaq valideynlərin bütün diqqətini özünə çəkir. Evə qonaqlar gəlir, uşağa hədiyyələr gətirib onu tərifləyirlər. Yeni uşağın dünyaya gəlməsi ilə ana hədsiz yorula, ata da son dərəcə məşğul ola bilir. Ailədəki digər uşaqlara diqqətin azalması mümkündür. Yeni uşaq doğulanda digər uşaqların ailədə artıq ən balacası olmadıqları üçün özlərini atılmış kimi hiss etmələri mümkündür. Bu da, öz növbəsində, təbii olaraq, onlarda yeni doğulmuşa qarşı paxıllıq hissi yarada bilir.

Paxıllıq hissini aradan qaldırmaq, ya da minimuma endirmək üçün valideyn aşağıdakıları edə bilər:

– Uşaqlarınıza göstərin ki, onların hər biri sizin üçün əziz və sevimlidir.

– Yeni uşaq doğulanda digər uşaqları əmin edin ki, onlara olan sevginiz və qayğınız azalmayacaqdır. Onlara lazımi diqqəti yetirməyiniz çox mühümdür. Elə edin ki, onlar ailəyə yeni uşağın gəlməsinə baxmayaraq, əvvəlki qədər sevildiklərini hiss etsinlər.

– Qardaş və bacılar arasında müqayisə aparmayın, onların bir-biri ilə rəqabətə girmələrinə şərait yaratmayın.

– Hədiyyə verərkən, nizam-intizam tətbiq edərkən insaflı davranın, ayrı-seçkilik etməyin.

– İmkan daxilində hər bir uşağınızı qucaqlayın, öpün, bağrınıza basın.

– Yaşca böyük uşaqlara körpənin qayğısına qalmağı tapşırın, çağa ilə əlaqədar qərarlar qəbul edərkən onlarla da məsləhətləşin.

Nə üçün valideynlər öz uşaqlarını sevirlər?

"Bütün insanlar: varlılar da, kasıblar da bu işdə eynidir: hər kəs övladını sevir" (Yevripid).
"Mən övladımı yaxşı olduğu üçün deyil, övladım olduğu üçün sevirəm" (Rabindranat Taqor).

Kədərli haldır ki, bir çox uşaq sevgidən məhrumdur. Çünki:
– təsadüfi cinsi əlaqə, zorlama nəticəsində doğulublar
– doğuş zamanı anasının ölməyində təqsirli bilinirlər
– ataları qatildir, cinayətkardır.
– oğlan uşaqlarına üstünlüyün verildiyi cəmiyyətdə qız olaraq doğulmuşlar
Nə üçün uşaqlar müqəssir olmadıqları işlərə görə cavabdehlik daşımalıdırlar?

Sevgini uşağın davranışları ilə şərtləndirməyin. Valideyn övladına əsla belə deməməlidir: "Davranışların yaxşı olsa, səni daha çox sevəcəyəm".
Uşaqlar sevgiyə həmişə möhtacdırlar. Onları sevgiyə layiq olmadıqlarını düşündükləri vaxt daha çox sevməliyik. Valideyn uşağını əmin etməlidir ki, sevgisi onun davranışları ilə şərtləşmir, əksinə, onu övladı olduğu üçün sevir. Valideynin nailiyyəti uşağın özünü nə dərəcədə təhlükəsiz, arzuolunan və sevilən hiss etməsi ilə ölçülür. Hədiyyələr və komplimentlər uşaq üçün arzu edilən olsa da, sevilmək onun daha çox xoşuna gəlir. Mark Tven demişdir: "Hədiyyə yaxşı şeydir, tərif yaxşı şeydir, amma sevgi insanı qazanmaq üçün ən qiymətli və son hədiyyədir".

Aktyorlara sevgi, pis oyuna nifrət!

Valideyn və uşaq arasındakı sevgi şərtsiz olmalıdır. Uşaqları olduğu kimi qəbul etmək lazımdır. Onlardakı qorxu və narahatlıq hissi, fərdi xüsusiyyətlər, vərdişlər əngəl təşkil etməməlidir. Şərtsiz dedikdə mühakimə etmədən qəbul etmək başa düşülür.

Uşağınız qəşəng, savadlı olmaya bilər, amma o, Allahın iradəsi ilə dünyaya gəlmişdir, deməli, qeydsiz-şərtsiz sevgiyə layiqdir.

Uşaqları səssiz-səmirsiz sevmək kifayət deyildir; sevginizi onlara bildirin

Peyğəmbər demişdir:
"Günlərin birində bir nəfər Peyğəmbərlə *(Ona Allahın salamı və xeyir-duası olsun!)* söhbət edirdi. Bu vaxt yanlarından birisi keçdi. Həmin şəxs dedi: " Ey Allahın rəsulu, mən bu adamı sevirəm." Peyğəmbər soruşdu: "Bunu ona xəbər vermisənmi?" Həmin şəxs: "Xeyr", – dedikdə Peyğəmbər buyurdu: "Bunu ona xəbər ver." O da qaçıb gedənə yetişdi: "Mən səni Allah naminə sevirəm." Həmin şəxs də: "Məni sənə sevdirən Allah da səni sevsin!" – deyə qarşılıq verdi" (Əbu Davud).

Sevgi və özünəinam

Valideyndə özünəinam onunla uşaq arasında sevgi yaradır. Əgər valideyn bilikli olduğunu uşağa isbatlamazsa, onu ondan nə istədiyinə inandıra bilməzsə, uşaq "təhqiqat" aparacaqdır. Uşaq tərəfindən aparılan davamlı "yoxlamalar" isə münasibətləri gərginləşdirir. Gərginlik isə valideyn və uşağı arasındakı sevgiyə zərbə vurur. Gərginliyin azalması sevgini bərpa edir. Sevgi yoxdursa, münasibətlərdə despotizm hökm sürəcəkdir. Özünə inanan valideyn uşağını sevgi ilə əhatələyir. Sevən güclü şəxslər və ya güclü olub sevənlər balans yaradır, uşaqlarının özlərini əmin-amanlıqda hiss etmələrinə səbəb olurlar. Himayə olunan (qorunan) uşaqlar həmişə sakit və xoşbəxtdirlər.
Valideynin özünəinamı açardır.

Şəfqət hissini inkişaf etdirməyin praktik yolları

Valideynlər övladlarını sevdikdə uşaqlar sevimli olduqlarını hiss edirlər. Sevgini müxtəlif üsullarla ifadə etmək mümkündür. Sevdiyini dilinə gətirməyən valideyn uşağın özünün sevildiyini dərk etmədiyini gördükdə təəccüblənəcəkdir.

Şəfqəti və sevgini artırmaq üçün zəhmət tələb olunur. Bu məsələdə niyyət və əməl çox mühümdür. Niyyət qəlbdə olanları başqalarına açmaq istəyidir. Əməl isə niyyəti həyata keçirməkdir. Məsələn, valideynlərə tövsiyə olunur ki, sədəqə versinlər. Valideynin hər hansı bir şeyi çox etməsi vacib deyildir; vacib olan – onların nə isə etməsidir. Tereza Ana deyirdi:

"Bu dünyada böyük işlər görməyimiz mümkün deyildir. Biz ancaq kiçik işlər görə bilərik, amma böyük istəklə!"

Rəhmdillik hissini yaratmağın bəzi üsulları:

– Böyük məsələlərə diqqət yetirin, xırda-para işlərə əhəmiyyət verməyin.

Şəfqət minnətdarlıq hissini gücləndirir. Siz taleyin böyük bəxşişləri (məsələn, bu kitabı oxuya bilməyiniz) haqqında düşünsəniz, sevgini inkişaf etdirə bilərsiniz.

– Uşaqlara öyrədin ki, sevgi bölüşmək və qayğıdır. Uşaqlarla pulunuzu, yeməyinizi, qələmləri, kağızları, kompüteri, kitabları, fikirləri, səfərləri bölüşün.

– Ailə üzvlərinizə onları sevdiyinizi deyin (xüsusən səfərdən əvvəl).

– Uşaqlarınızla birlikdə "Səni sevirəm" adlı nəğmə bəstələyin.

Sevgi bölüşməkdir

Uşağa başqalarını sevməyi, onların qayğısına qalmağı, özü üçün istədiyini başqaları üçün istəməyi aşılamaq lazımdır. Peyğəmbər demişdir:

“Özü üçün istədiyini qardaşı üçün istəməyən şəxs iman etməmişdir” (Buxari).

Sevgi...

Bölüşməkdir… ən parlaq arzularımızı, qorxularımızı, gülüşlərimizi, göz yaşlarımızı, amallarımızı, qayğı və maraqlarımızı, pis və yaxşı günlərimizi, nailiyyət və uğursuzluqlarımızı, cəhdlərimizi bölüşməkdir.

Başqaları ilə nə qədər çox bölüşsək, qayğıkeşliyimizi bir o qədər artacaqdır.

Şəxsi problemlərimizi unutmağın ən yaxşı yolu başqalarına problemlərini həll etməyə kömək etməkdir.

Gülüşdüyün kimsəni unuda bilərsən, amma birlikdə ağladığın kimsəni heç vaxt unutmayacaqsan.

Səhhəti getdikcə pisləşən tanışım mənə oğlu ilə üç ildir küsülü olduğunu demişdi. Səbəb oğlunun onun istəyinə əks gedərək evlənməsi idi. Tanışım deyirdi ki, oğlu birinci zəng etmədikcə onunla danışmayacaqdır.

Təklif etdim ki, oğlu ilə birinci özü danışsın. Tərslik göstərdi: “Xeyr! O gərək əvvəlcə məndən üzr istəsin”. Yeganə oğlu ilə barışmadan ölməyi düşünürdü. Uzun

müddət dilə tutdum. Axırda, razılaşdı. Zəng etdiyində oğlu minnətdarlıq edərək atasından üzr istədi.
İnsan fürsəti qaçırmadan ilk addımı atarsa, hər kəs bundan qazanclı çıxacaqdır.
Nifrət qələvi turşusu kimidir: saxlandığı qabı xarabladığı kimi, töküldüyü qabları da korlayır.
(Con Greyin "Kişilər Marsdan, qadınlar Veneradandır" kitabından)

Uşağa sevgi aşılamaq çox mühümdür. İstədiyi şeyləri almaq yaxşıdır, amma sevgini heç nə əvəz etmir.

Nə qədər sevgi kifayətdir? Valideynlər uşaqlarına bağlı olduqlarını nümayiş etdirərək, sevgi "bank"ına bacardıqca çox "depozit" qoymalıdırlar. Heç kəs depozitin çoxluğundan şikayətlənməsin. Valideyn nə qədər çox sevərsə, o qədər çox sevilər. Verdiyimiz sevgiyə hədd qoymaq mümkündür, amma tənzimlənən miqdarda sevgi qəbul etmək mümkün olan şey deyildir. Uşağına əlindən gələni edən valideyn ondan bunun qarşılığını gözləmir. Çünki sevgi özözlüyündə hədiyyədir. Uşaqlar valideyn olmadıqca ata və ananın onları nə qədər çox sevdiklərini anlamayacaqlar.

Valideynlər uşaqları ilə olan konfliktləri həll etməlidirlər. Bir çox insan adi fikir ayrılığı və ya anlaşılmazlıq üzündən bir-birindən inciyir, başqalarının araya girərək məsələni həll etməsini gözləyirlər. Düşünürlər ki, ailədə problemləri həll etməyin, əvvəlki münasibətlərin bərpa olunmasının yeganə yolu budur.

Əgər qəzəb hissinə hakim kəsilməsək, kiçik problemlər böyüyəcək və biz şəxsi ambisiyalarımızı xoşbəxtlikdən üstün tutacağıq. Sülhsevər insan başa düşür ki, haqlı olmaq xoşbəxt olmaqdan mühüm deyildir. Qəzəbləndikdə sakitləşməli, barışmalıyıq. Başqalarına haqq verməyimiz bizim haqlı olmamağımız mənasına gəlmir. Qəzəbimizi boğduqda özümüzü rahat hiss edib sevinir, başqalarına da haqq vermiş oluruq. Belə olarsa, qarşı tərəf özünü az müdafiə edəcək, bizə sevgisi artacaqdır.

"Yaxşılıqla pislik eyni ola bilməz! Sən (pisliyi) yaxşılıqla dəf et! Belə olduqda aranızda düşmənlik olan şəxsi, sanki, yaxın bir dost görərsən!" (Fussilət, 34).

Uşaqlarımıza vaxtımızı, pulumuzu, gücümüzü fəda etməyimiz sevgiyə layiq hərəkətdir. Sevgi və fədakarlıq bir-birinə keçirilmiş halqalar kimidir. Valideyn övladını nə qədər çox sevərsə, bir o qədər fədakarlıq göstərər. Fədakarlıq nə qədər çoxdursa, sevgi də bir o qədərdir.
Gündəlik sevgi nifrət hissini bizdən uzaqlaşdıracaqdır.

Uşağın özünü sevimli hiss etməsi üçün...

55 valideyn arasında onların öz uşaqları ilə necə ünsiyyət yaratdıqları barədə sorğu keçirilmişdi. Ümumi cavab bu idi ki: "hansı isə işi görməklə uşaqla vaxt keçiririk, məsələn, birlikdə (televizora, filmə) baxır, nə isə oxuyur, hazırlayır, bölüşürük və s.
Uşağınızla vaxt keçirin. Aşağıda göstərilmiş variantlar qarşılıqlı sevgini artıra bilər:

– Birlikdə gəzmək
– Buludların formasını müəyyən etmək, gecələr səmaya baxmaq
– Televiziya verilişlərinə, kinoya baxmaq, radioya qulaq asmaq, şer oxumaq

– Uşağa saçınızı daramağa icazə verin
– Güləşmək
– Alboma şəkil və yapışqanlı etiketlər yapışdırmaq
– Birlikdə mağazaya getmək, axşam yeməyinə alınacaq şeylər haqqında fikirləşmək
– Birlikdə oyun oynamaq ("Skrabbl", "20 Sual", "Mən casusam" və s.). Belə oyunlar ucuz başa gəlir, şəraitə uyğundur, düşüncəyə stimul verir, kompüter oyunları ilə müqayisədə gözə ziyan deyil.
– Ev tapşırıqlarını birlikdə yerinə yetirmək. Amma bunu uşaqların əvəzinə etmək qadağandır.
– Birlikdə namaz qılmaq, dua etmək
– Birlikdə Quran, dini mahnılar, nəğmələr oxumaq
– Birlikdə paltar yumaq və sərmək
– Birlikdə rəsm çəkmək
– Qucaqlamaq, öpmək (dodağından deyil), əlindən tutmaq
– Birlikdə muzeyə getmək
– Birlikdə köhnə paltar geyinmək
– Uşağı iş yerinə aparmaq
– Qonşulara əziyyət etməmək şərti ilə birlikdə qazan və tavaları döyəcləmək
– Uşağı idman yarışlarına, kinoya, at yarışına, parka, meşəyə, səhraya, dənizkənarına gəzməyə aparmaq
– Evdə qalmaq, uşağa vaxt ayırmaq və bunun üçün telefon zənglərinə cavab verməmək, elektron məktubları oxumamaq
– Birlikdə baba və nənəyə, qohumlara baş çəkmək
– Birlikdə ev təmizləmək, döşəməni süpürmək
– Birlikdə peçenye, biskvit, keks bişirmək
– Birlikdə ailə albomuna baxmaq
– Birlikdə alma, armud, çiyələk toplamağa getmək
– Birlikdə bağda (dirrikdə) işləmək.

Valideyn nifrət hissi aşılamalıdırmı?

Düzdür, əsas diqqət sevgiyə verilməlidir, amma nifrəti də unutmaq olmaz, – hər ikisi zəruridir. İnsanlar, bir tərəfdən, Allahı, peyğəmbərləri, valideynləri, qohumları, insanları, heyvan və bitkiləri, ətraf mühit və kainatı sevməli, digər tərəfdən isə şeytana, şərə, korrupsiyaya, yalana, fırıldağa, oğurluğa, cinsi zorakılığa, narkotik maddələrə, alkoqollu içkilərə, siqaretə, paxıllığa, irqçiliyə, fanatizmə, ayrı-seçkilik və qəzəbə nifrət etməlidirlər. Şərə nifrət etmək lazımdır, amma şər işləyən insanlara nifrətlə baxmaq olmaz.

"Həqiqətən, Şeytan sizin düşməninizdir, onu (özünüzə) düşmən tutun. O özünə uyanları cəhənnəm əhli olmağa çağırır" (Fatir, 6).

Tapşırıqlar

LIV məşğələ. Gündəlik sevgi ayini

17 yaşlı oğlan deyir: “Yatmazdan əvvəl anamın otağıma gələrək: "Gecən xeyrə qalsın, oğlum", – deməyindən xoşlanıram".

Valideynlər, uşaqlarınızla gündəlik sevgi ayininizi müzakirə edin. Hər gün dua etməyi unutmayın!

On yeddinci fəsil

Düzlük və sədaqət öyrədək

Giriş
Etibar edin, amma nəzarətdə saxlayın!
Əsas prinsiplər
Xarakterin dünyagörüşü ilə bütövləşməsi
Uşaqlar nə üçün yalan danışır? Yalana necə reaksiya vermək lazımdır?
Peyğəmbərin yalanla mübarizə metodu
Tapşırıqlar

Giriş

Uşaqlar ilk dəfə yalan danışdıqda valideynlərin çoxu narahat olur. Narahat olmağa dəyməz. Çünki uşaqların əksəriyyəti üçün yalan danışmaq müvəqqəti olub, onlardakı təbii inkişafla əlaqəlidir. Yalan danışmaq qismən instinktiv davranışdır. Məsələn, uşaq cəzalandırılmaqdan qorxduğu üçün yalan danışır. Həmçinin yalan danışmaq sonradan qazanılmış davranış hesab olunur. Valideyn uşağa dürüst olmağı öyrətməlidir. Yalan danışmaq uşaqların bir çox amillərə əks-reaksiyasıdır. Özünümüdafiə belə amillərdəndir.

Uşaqlar reallığı öz xəyalları, arzu və təsəvvürləri ilə qarışdırırlar. Uşaq təxəyyülünə laqeyd yanaşmaq olmaz. Arzu və xəyal fərdin – hətta böyüklərin – kimliyini müəyyən edən mühüm elementlərdir.

İfrat tənqidçi olmayın. Əgər uşaqlar valideynlərin yanında özlərini məhkəmədəki kimi hiss et-sələr, qınaq və məzəmmətdən qaçmaq üçün dürüstlükdən uzaqlaşacaqlar.

Məkkədə, qüreyş kafirləri Həzrəti Məhəmmədi "dürüst və etibarlı" (***sadiq*** və ***əmin***) adlandırırdılar. Etibarlılıq inam, dürüstlük, məsuliyyət, qayğıkeşlik deməkdir.

Dürüstlük və etibarlılıq əməlisaleh insanların xüsusiyyətidir. Valideynlər dürüst və etibarlı uşaqlar yetişdirməlidirlər. Bunun üçün özləri bu xüsusiyyətlərə sahib olmalıdırlar. Uşaqlar valideynlərinin

dürüst və etibarlı olduqlarını gördüklərində özlərini onlara oxşadacaqlar. Etibarlı və dürüst valideynlərin cəmiyyətin lideri olmaq şansı çoxdur.
Peyğəmbər müsəlmanlara etibarlı olmağı öyrədirdi:

"Müsəlman dili və əlindən başqa müsəlmanların əziyyət çəkmədikləri kimsədir. Əsl mühacir isə Allahın qadağalarından uzaq durandır" (Buxari).

Valideyn və uşaq arasında inam olmalıdır. Onu yaradın, qoruyun, inkişaf etdirin. Hətta bəzi uşaqlara inanmaq çətin olsa da, valideynlər özlərini onlara inanırmış kimi göstərməlidirlər. Əgər uşaq doğru danışmazsa, valideynlər ehtiyatlı olmalı, onu ittiham etməməlidirlər. Çünki mübahisə zamanı uşaq belə deyə bilər: "Mənə inanmırsanmı?"
Valideynlər nadürüstlüklə mübarizədə uyğun və səmərəli (effektli) üsul tapanadək özlərini inanmış kimi göstərməlidirlər. Həmçinin uşaqlara öyrətmək lazımdır ki, avtoritet olmaq məsuliyyətli olmaqdır; məsuliyyətli olmaq isə etibarlı olmağı zəruri edir. Valideynlərə inanmaları üçün uşaqlar başqalarının buna necə nail olduğunu, hansı davranışların etibarsızlıq doğurduğunu öyrənməlidirlər.
Həmişə etibarlı olmaq lazımdır. Uşaqların valideynlərlə münasibəti yaxşı ola bilər, amma bəzən yalan üzündən bu münasibətlər korlanır, valideyn uşağa inamsız yanaşır. Halbuki valideyn inamını itirməməli, səbir göstərməlidir.

Etibar edin, amma nəzarətdə saxlayın!

Valideyn uşağın harada və kiminlə vaxt keçirdiyini bilməlidir. Uşağı səhər məktəbə aparan valideyn onun bütün günü məktəbdə olacağından əmin olmamalıdır. Bəzi uşaq-

lar valideyn və müəllimlərə xəbər vermədən məktəbdən qaçırlar. Bu səbəbdən valideynlər vaxtaşırı olaraq uşaqlara nəzarət etməli, məsələn, sinif yoldaşlarından soruşmaqla, qonşular vasitəsilə, məktəb qeydlərinə baxmaqla, birbaşa və dolayı yollarla onları nəzarətdə saxlamalıdırlar. Elə olub ki, məktəbdən qaçdıqdan sonra bəzi uşaqların başına bədbəxt hadisə gəlib və yaxud onlar cinayət törədiblər. Mütəmadi olaraq uşağın paltarı, otağı yoxlanılmalıdır ki, onun narkotik maddə istifadə edib etmədiyi, pul və ya qiymətli əşyalar oğurlayıb-oğurlamadığı məlum olsun. Uşağa nə və nə üçün etdiyinizi başa salın.

"İnsanlarla necə olmalarını istədiyin tərzdə davran. Bununla da, onlara arzuladığın kimi olmaqda kömək edəcəksən" (İohan Volfqanq fon Göte).
"İnsanlara güvən, sənin-lə dürüst olacaqlar. Onlarla yaxşı davran, sənə yaxşı cəhətlərini göstərəcəklər" (Ralf Ualdo Emerson).
(Exley, 1997)

Əsas prinsiplər

Uşaqlarınızla davranarkən aşağıdakıları nəzərə alın:

Ailə dəyərləri

Uşaqlar bilməlidir ki, yalan danışmaq əxlaqa zidd olub, vicdanlı davranış deyildir. Onlara izah edin ki, yalan danışmağın nəticələri ağır olur. Onlara dürüstlüyü, söz və əməldə etibarlı olmağı öyrədin. Valideyn uşaqla yalan mövzusunu müzakirə etməlidir. Uşağın yaşına uyğun olaraq ona nadürüstlük haqqında danışın.

Ailə dəyərlərinizin sırasına düzlüyü də daxil edin. Uşaqlarınıza doğruluq və etibarlılığı başa düşəcəkləri dildə izah edin.

Nümunəvilik

Dürüstlükdə uşaqlarınıza nümunə olun. Sizdən harada olduğunuzu soruşan iş yoldaşınıza onların yanında yalan danışmayın, mağazalarda və ofisdə oğurluq etməyin, vergilərlə bağlı fırıldağa əl atmayın, həyat yoldaşınızı aldatmayın.

Valideyn özünə sual verməlidir: “Verdiyim mesaj nədir?” Xüsusən uşaqların yanında nadürüstlükdən qaçmaq lazımdır. Valideyn uşağın yaşı məsələsində heç vaxt yalan danışmamalıdır: “Uşaq bileti verin, uşağımın 11 yaşı var”. Onlar uşaqlarından onların əvəzinə yalan danışmağı tələb etməməlidirlər: “Nənənə de ki, mən hamamdayam”. Valideyn sözünü tutmaq, gecikməmək üçün əlindən gələni etməli, edə biləcəyi sözü verməlidir. Əgər valideyn verdiyi sözü tuta bilməzsə, üzr istəməli, səbəbini uşağa izah etməlidir. Siyasətçi kimi söz oyunu oynamayın. Məsələn, siyasətçi deyir: “Söz vermişəm, amma sözümü tutmağa söz verməmişəm”.

Yalan növləri arasındakı fərqləri izah edin

Uşaqlara təhlükəli, zərərli yalanla nəzakət naminə deyilmiş yalan arasındakı fərqi izah edin. Bütün insanlar nədəsə yalan danışırlar, amma bunu boyunlarına almırlar. Məsələn, görünüşü xoş olmayan qonşuya: "Bu gün gözəl görünürsünüz", – deməyin bir faydası varmı? Və ya bir qayda olaraq hər kəsin əhvalını xəbər alan poçtalyona vəziyyətinizin yaxşı olmadığını, psixoloji dəstəyə ehtiyacınızın olduğunu deməyinizin nə

mənası var? Bəzən nəzakət naminə yalan danışırıq. Uşaqlarınıza yalan, şişirtmə, nağıl, metafora və fırıldaq arasındakı fərqi izah edin.

Reallıq və fantaziya arasındakı fərqi izah edin

Uşağa real və qeyri-real şeylər arasındakı fərqi, yuxuları, filmlərdəki real və qeyri-real motivləri izah edin. Nağıllarda baş verənləri real həyatda baş verənlərdən fərqləndirin.

Dürüstlüyə görə mükafatlandırın

Əgər uşaq doğrunu danışmaqda çətinlik çəkirsə, onu hər dəfə düzgün danışdıqda tərifləyin. Uşaqlar diqqəti sevirlər. Yəni, çətinliyə səbəb olsa da, uşağı dürüst davranmağa həvəsləndirmək lazımdır. Valideynlər dürüstlük cəhdlərini tərifləməli, doğruluğa dair misallar gətirməli, nadürüstlükdən narahat olduqlarını bildirməlidirlər.

Götürməzdən əvvəl icazə al

Valideynlər belə bir qayda qoymalıdırlar ki, ailədə bir üzv digərinin əşyasını götürərkən ondan icazə alsın. Bu, uşaqlara başqalarının mülkiyyət hüququnu tanımaqda, ona hörmət etməkdə kömək olur. Bu həm də onu öyrədir ki, oğurluq pis hərəkətdir.

Problemləri baş verməzdən əvvəl həll edin

Ani həzz almaq istəyi problemə çevrilib. İş o yerə çatıb ki, bir az pulu olan kəs artıq çəkidən əziyyət çəkir, lazım olandan artığını alır. Uşaq üçün öz ani istəklərindən imtina etmək, səhvini boyuna almaq çətindir. Ona səhvlərini etiraf etməyi, həzz almaqdan müvəqqəti uzaqlaşmağı öyrədin.

Uşağa oğurluğun ağır nəticələrini öyrətmək üçün oğurluq etməsini gözləməməliyik. Uşaqlara haram işləri izah edin.

Böyük uşaqlar

Əgər yaşca böyük uşaqlar davamlı yalan danışırsa, valideyn mütəxəssisə müraciət etməlidir. Bir çox yeniyetmə şəxsi "sahə"lərini qorumaq üçün yalan danışırlar. Nəzərə alınmalıdır ki, yeniyetmələr çox vaxt öz sirlərini valideynləri ilə bölüşmək istəmirlər. Bu mərhələdə onlar sürətlə dəyişilir, dəyişikliklərlə mübarizə aparırlar. Şəxsi həyata hörmətlə yanaşmaq lazımdır. Yeniyetmələr də valideynlərin onlara olan ümidlərinə hörmət etməlidirlər.

Yalanın nəticələri diqqətlə öyrənilməlidir. Yeniyetmələr nadürüst olmağın nəticələrini dərk etməlidirlər. Əgər uşağınız yalan danışan yeniyetmələrlə oturub-dururs, belə yoldaşlığa imkan verməyin, onları bir-birindən ayırın.

Uşaqlara iman öyrədilməlidir. İman onları yalana əsaslanan vəziyyətlərdən (qumar oyunları, dələduzluq, maliyyə "piramidalar"ı, aqressiv marketinq və s.) uzaq saxlayır. Yalan danışan yeniyetmə ilə təkbətək söhbət etmək lazımdır ki, həqiqəti söyləməkdən utanmasın.

Xarakterin dünyagörüşü ilə bütövləşməsi

> *"Ey iman gətirənlər! Etməyəcəyiniz bir şeyi niyə deyirsiniz?*
> *Etməyəcəyiniz bir şeyi demək Allah yanında böyük qəzəbə səbəb olar" (əs-Səff, 2-3).*

Evinizdə dürüstlüyün, etibarlılıq və vəfakarlığın tərifi yazılmış lövhələr asın.

Müxtəlif mövzuları (siyasət, din, tarix, elm, ədəbiyyat, dil, riyaziyyat) müzakirə edərkən dürüstlük və etibar kimi müsbət məziyyətlərdən söz açın. Məsələn, bank işçisinin riyaziyyat bacarığının hər hansı bir oğurluğun üstünü örtbasdır etməsi əxlaqi davranışdırmı? Alimlərin öz kəşf-

lərindən ancaq bəşəriyyətin xeyri üçün istifadə etmək kimi əxlaqi borcları varmı? Tarixdə xatırlanan insanların hamısı əxlaqlı idimi? Ədəbi qəhrəmanların hamısı dürüst, şərəfli olmuşlarmı?

Yalan etinasız yanaşılmayacaq qədər ciddi problemdir. Onu dərhal, amma müdrikliklə həll etmək lazımdır. Yalan o dərəcədə zərərlidir ki, hədisdə deyilir:

"Bir dəfə Peyğəmbərdən soruşdular: "Mömin yalan danışarmı?" Dedi: "Mömin əsla yalan danışmamalıdır". Daha sonra bu ayəni oxudu: "Yalanı ancaq Allahın ayələrinə inanmayanlar uydururlar. Onlar əsl yalançıdırlar" (ən-Nəhl, 105).

"Dövrümüzdə doğru sözlərin böyük hissəsini uşaqlar söyləyirlər" (Oliver Uendell Holms) (Brown 1994).

Doqquzyaşlı uşaq etiraf etmişdi: "Ananın gözlərinə baxa-baxa yalan danışmaq çətindir".

Uşaqlar pak doğulsalar da, sonradan şüurlu və ya bişüur yalan danışmağı öyrənirlər. Yalançılıq qazanılmış xüsusiyyət olub, irsi deyildir. Zaman keçdikcə uşaqlar yalan danışmağı öyrənirlər və bu da onların xarakterinin bir hissəsinə çevrilir. Yeniyetmələr səhvlərinə haqq qazandırmaq,

sirlərini gizlətmək və rüsvayçı vəziyyətlərdən yayınmaq üçün yalan danışırlar. Uşaq nə qədər çox yalan danışsa, bu bir o qədər onun xasiyyətinə təsir edir. Yalan növbəti yalana səbəb olur, dürüstlük də dürüstlük doğurur. Peyğəmbər demişdir:

"Doğru-dürüst olun! Doğruluq (insana) xeyirxahlıq, xeyirxahlıq da cənnət qazandırar. İnsan düz danışıb düz hərəkət etdikcə Allah qatında "siddiq" (sözü və əməli düz) adını qazanır. Nəbadə yalan danışasınız. Yalan (insanı) həyasızlaşdırır. Həyasızlıq isə (onu) cəhənnəmə salır. Bəndə yalan danışıb, yalançılıq etdikcə Allah qatında "kəzzab" (ağ yalançı) adını alar" (Buxari və Müslim).

Uşaqlar nə üçün yalan danışır? Yalana necə reaksiya vermək lazımdır?

Uşaqları yalan danışmağa vadar edən bəzi səbəblər aşağıda göstərilmişdir:

– cəzalanmaq istəmirlər
– başqalarına aid əşyaları mənimsəyiblər
– özlərini unudulmuş, tərk edilmiş və qayğısız hiss edirlər
– sahib olmadıqları şeylərlə həmyaşıdları qarşısında öyünmək istəyirlər
– etmədikləri şeylərə görə tərifləmək istəyirlər
– valideynləri yalan danışdığı üçün yalançılığın məqbul davranış olduğunu güman edirlər

Cəzadan xilas olmaq üçün bütün uşaqlar yalan danışa bilirlər. Onları yalan danışmağa həzz almaq, yaxud ağrıdan xilas olmaq istəyi sövq edir. Valideyn uşağa səhvlərini etiraf edib üzr istəməyi öyrətməlidir. Məsələn, uşaq pulunu ödəmədən mağazadan nə isə götürübsə, valideyn tələb etməlidir ki, götürdüyü şeyi qaytarıb mağaza müdirindən üzr istəsin. Əgər uşaq hey yalan danışırsa, valideyn bunun səbəbini öyrənməlidir.

Uşaqlara təzyiq altında bir çox şey etdiririk. Bu şeyləri etmək uşağa çətin olduğundan yalana əl ata bilir. Elə uşaq da var ki, darıxdığı və diqqəti cəlb etmək üçün yalan danışır.

Uydurma əhvalat və ya yalan danışmaqla nəzərləri özünə çəkmiş uşaq diqqət mərkəzində qalmaq üçün yalan danışmağı davam etdirə bilir.

Yalan danışmağa meyl göstərən uşağın davranışlarını müşahidə etmək problemin ciddiliyini dərk etmək baxımından səmərəlidir. Mümkündür ki, uşaq oyun oynayarkən və ya nə isə pis hərəkət etdikdə, ya da dostları ilə olduqda diqqət mərkəzində qalmaq üçün yalan danışsın. Bu vəziyyətlərin hər birinə fərqli reaksiya vermək tələb olunur.

Yalana ilk başdaca yox demək lazımdır. Yalanlarla böyüyən insan bədbəxtdir. Uşaqlara öyrətmək lazımdır ki, nadürüstlük qəbuledilməzdir. Səhvini boynuna aldıqda uşağınızı cəzalandırmayın. Amma ona nəzarət edin. Məsələn, başqa uşağı vurubsa, onu həmin uşağın valideynlərinin yanına aparmaq lazımdır. Uşaq onlardan üzr istəməlidir. Əgər uşaq məktəbdə imtahan və yoxlamalarda cavabı gizlicə köçürərkən yaxalanarsa, ona dərhal qeyri-kafi yazmaq lazımdır. Əgər uşaq düzünü söyləyərsə, dərhal cəzalandırmayın. Bu vaxt valideyn özündən çıxmamalı, emosionallıq etməməlidir. O buna sakit şəkildə münasibət bildirməli, özünü müdrik aparmalıdır. Bu, iki mühüm məqsədə xidmət edir:

Birincisi, valideyn və uşaq arasında ünsiyyətin olmağına əminlik yaradır. Uşaqlar doğruluğa görə mükafatlandırılacaq, cəzadan qorxduğu üçün yalan danışmayacaqdır.

– Yalanın ömrü qısadır.
– Yalan insanların sənə olan inamını azaldır. Onlar aldadıldıqlarını, ələ salındıqlarını hiss edirlər.
– Düz danışdığınızda çaş-baş qalmırsınız. Bu vaxt axırıncı dəfə nə dediyinizi xatırlamağınıza ehtiyac qalmır.
– Dürüstlük insana daha çox uğur qazanacağı güc bəxş edir. Amma yalan danışdığınızda bütün gücünüzlə müvəffəqiyyətsizliyə sürüklənirsiniz.

İkincisi, yaxşı münasibət (söhbət, inam və sevgi) sayəsində uşaq ata-anasının qanını qaraltmaq istəməyəcəkdir: onların arasındakı sevgi davranışların tənzimləyicisi rolunu oynayacaqdır. Bununla da, valideynlər "həqiqət uğrunda cəzalandırmanın olmamağı" halının düşünülməmiş hərəkətlərə səbəb ola biləcəyindən ehtiyatlanmayacaqlar. Çünki qarşılıqlı sevgi kifayət qədər nəzarətə imkan yaradır.

Məhəmməd Cad əl-Mövlanın "Bitkin əxlaq" kitabında maraqlı tövsiyələr vardır:
– Uşaq çox danışdığı üçün yalan söyləyirsə, susmağı üçün yol göstərin.
– Əgər uşaq cəzalanmaqdan qorxaraq yalan danışırsa, onunla mehriban davranın.
– Əgər uşaq acgözlüyü ucbatından və ya nəyisə əldə etmək üçün yalan danışırsa, yolunu kəsməyin, qoy o, istədiyinə çatsın.

– Əgər uşaq başqalarını ələ salmaq, səfehlik etmək məqsədilə yalan danışırsa, cəzalandırın.
– Əgər uşaq pis yoldaşların təsiri ilə yalan danışırsa, ona yaxşı dostlar tapın.
– Uşağa əldə etmək istədiyi şey üçün yalan danışmağının mənfi təsirlərini izah edin.
Yeniyetmələr bilməlidir ki, yalan danışmaq ayıb olub, xeyrə, dürüstlüyə, ədalətə, ehtirama zidd hərəkətdir. İbn Xəldun deyir:
"Yalançıya öyrətmək lazımdır ki, yalan eybəcər əməldir, üstün bəşəri keyfiyyətlərlə ziddiyyət əmələ gətirir. Çünki üstün və güclü ruh yalana yox deyir, xeyir və həqiqəti, dürüstlük və ədaləti sevir.
Şübhə yoxdur ki, təhsildə icbarilik öyrənənlərə, xüsusilə uşaqlara zərər verir. Əgər uşaq əsarət və asılılıq olan sərt mühitdə böyüyərsə, stress keçirib depressiyaya düşəcəkdir. Bu da öz növbəsində tənbəllik, yalan danışmaq və ziyan vermək istəyi ilə nəticələnəcəkdir (əl-Müqəddimə, 32-ci fəsil, 1992).
Uşağınızın həyatına sevgi, şəfqət və qayğı bəxş edin. O sizdə nadürüstlük görsə, sizə olan inamı itəcəkdir.
Əgər valideyn uşaqdan həmişə həqiqəti söyləməyi tələb edirsə, özü də dürüst olmalı, doğru danışmalıdır. Dürüst və etibarlı vətəndaşlar hörmət və inam qazanırlar.
Bağdadlı Şeyx Əbdülqadir Geylani deyir: "Anama həmişə düz danışa-cağımı söz vermişdim. Təhsil almaq üçün Məkkədən Bağdada yola düşdüm. Anam mənə yola 40 dinar vermişdi. Həmdan yaxınlığında quldurlar karvanımıza hücum etdilər. Onlardan biri məndən soruşdu: "Nə qədər pulun var?" Cavab verdim ki, 40 dinar. Zarafat etdiyimi güman edib məni rahat buraxdı. Başqa birisi yaxınlaşıb eyni şeyi soruşduqda həmin cavabı verdim. Məni quldurbaşının yanına apardı. Soruşdu: "Nə üçün həqiqəti deyirsən?" Dedim: "Anama söz vermişəm ki, həmişə doğru danışacağam. Sözümdən dönmək istəmirəm." Quldurbaşı qor-xaraq təşvişə düşdü və qışqır-mağa başladı: "Sən anana verdiyin sözə xilaf çıxmaqdan qor-xursan, mən isə Allaha onun dediklərini inkar edib asi oluram." Quldurlardan tələb etdi ki, qarət olunmuş malları bizə qaytarsınlar. Daha sonra dedi: "Sə-

nin yanında Allaha tövbə edirəm". Yoldaşları da ona dedilər: "Oğurluqda bizə rəhbər idin. Bu gündən isə tövbə etməkdə rəhbərimiz olacaqsan". Düz danışdığıma görə Allaha tövbə etdilər".
Hekayədən çıxarılacaq dərs budur ki, dürüstlük bizi və başqalarını xilas edə bilər.

Peyğəmbərin yalanla mübarizə metodu

Hədislərə nəzər saldıqda görürük ki, Peyğəmbər yalanla mübarizədə müxtəlif üsullardan istifadə etmişdir:
– Bir nəfər Peyğəmbərin *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* yanına gəlib deyir: "Ey Allahın rəsulu, namaz qılmıram, zina edir, yalan danışıram. Nədə tövbə etməliyəm?" Peyğəmbər dedi: "Tövbə et ki, yalan danışmayacaqsan." Şəxs qəbul edib söz verdi ki, yalan danışmayacaq. Daha sonra zina etmək istədi. Amma öz-özünə dedi: "Peyğəmbər məndən soruşar ki, zina etmişəmmi? Əgər "xeyr" desəm, yalan danışmış olaram. Yox, təsdiqləsəm, onda məni cəzalandıracaqdır" (Təbrizi, 1991).

Böyük günahlardan sayılan yalandan imtina etməklə həm də digər günah və pis əməllərdən imtina edirik.

– Adi situasiyalarda belə düz danışmaq lazımdır. Peyğəmbər demişdir:
"Kim uşağa: "Gəl sənə bir xurma verim", – deyib heç nə verməzsə, yalan danışmışdır" (Əhməd).
Peyğəmbər demişdir:
"Ən pis adam ikiüzlü adamdır: birinin yanına bir sifətlə, digərinin isə yanına tam başqa sifətlə gələr" (Buxari).

Uşaqlardakı dürüstlük, etibar, sevgi və cəsarət valideynləri razı salır.

Tapşırıqlar

LV tapşırıq. Təcrübə mübadiləsi

Uşaqlara yalan danışmağınız mümkün olduğu halda, dürüst hərəkət etdiyiniz situasiyalar haqqında danışın. Həmçinin onlarla bu mövzuları müzakirə edin: Yalan nəyə səbəb ola bilər? Yalan danışmaqdan necə xilas olmaq mümkündür?

Uşaqlar bu müzakirədə şəxsi təcrübələrini bölüşə bilərlər.

LVI tapşırıq. Uşaqlarınızı uzaq tutmaq istədiyiniz böyük günah

Hansı zərərli vərdiş və böyük günahdan uşağınızı uzaq tutmaq istəyirsiniz? Cavab: yalan.

Yalan üzündən həyatda bədbəxt olmuş şəxslər haqqında danışın. Onlar dürüst olsaydılar, xoşbəxt yaşayardılar.

Uşaqlarınıza danışın ki, hələ peyğəmbər olmazdan əvvəl Həzrəti Məhəmmədi Məkkədə dürüst və etibarlı adlandırırdılar.

On səkkizinci fəsil

Məsuliyyət aşılayaq

Giriş
Özülün qoyulması: dünyagörüşü və ətrafa münasibət
İnkişafın müxtəlif mərhələlərindəki imkanlar
Möhkəmləndirilməsi zəruri sayılan prinsiplər
Əməli təkliflər
İmtiyaz və məsuliyyətin əlaqələndirilməsi
Tapşırıqlar

Giriş

Məsuliyyətli olmaq səndən tələb etmədikləri, sənə xatırlatmadıqları vaxt öz vəzifəni yerinə yetirməyindir. Bu, həm də qərar qəbul etmək və buna görə cavabdehlik daşımaq qabiliyyətidir. Peyğəmbər demişdir:

> "Müsəlmanların halı ilə maraqlanmayan onlardan deyildir" (İmam Əhməd);

> "Qonşusunun ac yatdığını bildiyi halda, tox yatan kimsə mənə iman gətirməmişdir" (Təbərani).

Uşaqlara məsuliyyətli olmağı öyrətmək çox mühümdür. Uşaqlar tələb edilmədiyi halda məsuliyyətli olmağı öyrənməlidirlər. Məsuliyyətli uşaqlar özləri kömək təklif edirlər, bunu onlardan xahiş etməyə və ya vəzifələrini onlara xatırlatmağa ehtiyac yoxdur. Məsuliyyət aşılamağın yollarından biri uşaqlara özünənəzarəti öyrətməkdir. Məsuliyyətli uşaqlar öz davranışlarının mühümlüyü və nəticələrini yaxşı başa düşürlər.

Yatmazdan əvvəl uşaqların gün ərzində etdiklərinə görə özlərini hesaba çəkmələri yaxşı vərdiş olardı. Bu onlara təftiş və özünüsorğu-sual şüuru aşılayacaqdır. Valideyn uşağın qəlbi və ağlına Allah sevgisi və qorxusu aşılamalıdır ki, düz yoldan ayrılmasın, bu yolda diqqətli və möhkəm olsun.

Uşağınıza deyin ki, Allah hər yerdə onunladır. Bu onlarda məsuliyyət şüurunu möhkəmləndirəcəkdir.

Məsuliyyət təkcə kimsə demədən sözəbaxanlıq, yaxud otağı səliqəyə salmaq deyildir, həm də doğru ilə yanlış arasında fərq qoymaqdır, fərdin hərəkətlərinin başqalarına təsir etdiyini dərk etməkdir, qaydalara riayətdir. Valideyn özü məsuliyyətli olmalıdır ki, uşağına da məsuliyyətli olmağı öyrədə bilsin.

Nümunəvi misal: ata və oğlu tələsir ki, bağlanmazdan əvvəl mağazaya çata bilsinlər. Onlar bir qadına uşaq arabasını pilləkənlərdə qaldırmağa kömək etmək üçün dayanırlar. Uşaq öyrənmiş olur ki, şəxsi maraqlarını təmin edə bilməsən də, başqalarına kömək etmək nəcib və xeyirxah əməldir.

Əgər uşaq öhdəsinə məsuliyyət götürürsə, valideyn bunu sezdirməli və təqdir etməlidirlər. Yaxşı davranışa görə mükafatlandırma digər xoş davranışlara həvəsləndirir. İnsanlar uşaqların məsuliyyət daşıdığı situasiyalara çox vaxt fikir vermir, elə hesab edirlər ki, uşaqlar bunu etməyə borcludurlar. Ən pisi budur ki, uşaqlar özlərini məsuliyyətsiz apardıqda bəzi valideynlər bunu onlara tez irad tuturlar. Nəticədə uşaq öz-özünə deyə bilir: "Yaxşı iş gördüyümdə kimsə bunu dilə gətirmir. Səhvə yol verdiyimdə isə hər kəs bunu yadda saxlayır". Valideyn uşağa "sağ ol, sən çox kömək etdin" deməyi bacarmalı, mühüm hesab etdiyi davranışlarına görə onu tərifləməyi unutmamalıdır. Məsələn: "Gördüm ki, sən kitabları öz otağına apardın, onları mətbəx stolunda qoymadın. Çox yaxşı, indi mən stolu yemək üçün hazırlaya bilərəm". Və ya: "Əla! Sən içəri girərkən pencəyini dolabdan asdın!"

Düzgün qərar vermək məsuliyyətli davranmağın əsas şərtidir. Valideynləri tərəfindən nəyi necə edəcəkləri diktə olunan uşaqlar düzgün seçim etməyi çox vaxt bacarmırlar. Çünki valideynləri onlara məsuliyyətli olmağı öyrətməyiblər. Mühümdür ki, uşaqlara seçim etmək imkanı

verilsin. Çünki həyat seçimlərdən ibarətdir. Ailədə hər kəsin etməli olduğu işlərin siyahısını tutmaqdansa, ümumi toplantıda ailədə görüləcək işləri müəyyən edin, daha sonra bu işləri kimin görəcəyini müzakirəyə çıxarın. Birlikdə iş bölgüsü aparın, hər kəsin razılığı ilə işləri bölüşdürün. Növbələşmə və əvəzləmə qaydasını da gözləyin ki, hər dəfə eyni işi görən ailə üzvü axırda bezib yorulmasın. Valideynlər uşaqları da bu işə cəlb etməklə göstərirlər ki, onlara inanırlar, onların da fikrini qiymətləndirirlər. Bu da öz növbəsində uşaqlarda məsuliyyət şüuru formalaşdırır, onları məsuliyyətli tərəfdaşlara, komandanın bir hissəsinə çevirir. Bu praktik üsul onlara qərar qəbul etməyi, şura (məsləhətləşmə) və məsuliyyət öyrədir.

Özülün qoyulması: dünyagörüşü və ətrafa münasibət

Əgər siz məsuliyyətli valideynsinizsə, deməli, işin yarısı görülüb. Digər yarı isə uşağa arxanızca gəlməyi öyrətməkdir.

Uşaqlara yeniyetməlik həyatına hazırlaşmaq üçün adekvat bilik, yaxşı xarakter lazımdır. Məsuliyyət yaxşı xarakterin başlıca elementlərindən biridir. Məsuliyyətli olmaq valideynlərin davranışlarından uşağın görüb-götürməyi ilə başlanır. Əgər valideyn düşünsə ki, uşaqlar ancaq oynayıb əylənməlidirlər, onda uşaqlar ev işlərində onlara heç vaxt kömək etməyəcəklər. Həmçinin valideyn düşünsə ki, uşaq həmişə eqoist olmalıdır, onda uşaq bu davranış tərzini mənimsəyəcəkdir. Eqoist, höcət və tənbəl uşaq yetişdirməyin ən ideal yolu ondan az şey tələb etməkdir. Amma valideyn düşünsə ki, yaşı və bacarığından asılı olmayaraq hər kəs başqalarına fayda verməlidir və onların davranışları bunu əks etdirməlidir, onda uşaqlar məsuliyyətin dəyərini başa düşəcəklər.

Biz həyatda uğur qazanacaq uşaqlar tərbiyə etmək istəyirik. Məsuliyyətli olmağı öyrənən uşaqlar daha az asılıdırlar, böyüdüklərində öhdələrinə cavabdehlik götürəcəklər.

Məsuliyyət sonradan öyrədilən vərdişdir; biz uşaqlarımıza lazım olanı verməliyik ki, bu vərdişə sahib olsunlar.

Uşaq kiçik yaşlarında məsuliyyətli olmağı öyrənməlidir. Cəza və danlağın olmadığı mühitdə böyüyən uşaqlar məsuliyyətli olmağı öyrənmirlər. Bəzi valideynlər ifrata vararaq uşaqları üçün "təhlükəsiz cənnət" yaratmaq fikrinə düşürlər. Bu valideynlər onları pis davranışlara görə cavabdehlik daşımaqdan "azad" edirlər. Onları "əlbir" valideynlər adlandırmaq olar. Çünki onlar uşaqları ilə əlbir olub onların asılı və məsuliyyətsiz böyümələrinə şərait yaradırlar. Belə uşaqlar o hisslə böyüyürlər ki, hər şeyə layiqdirlər və dünya onlara borcludur.

Tərbiyə edilmədiyi təqdirdə uşaqdan məsuliyyətli olmağı gözləməyin. Məsuliyyətli olmağı üçün bunu ona öyrətmək lazımdır. Öyrətmə və məşq valideyn-uşaq münasibətlərinin ayrılmaz hissəsidir. Məsuliyyətli olmaq vərdiş deməkdir. Öyrədilməzsə, uşaqlar oyuncaqları səliqə ilə yerinə qoymurlar. Böyüklər

də götürdükləri şeyləri geri qaytarmır, işə gec gəlirlər. Yaxşı olar ki, uşaqlara məsuliyyətli olmağı tədricən, az-az və hər gün öyrədək.

Uşaqlarınıza passivlik aşılamayın. Bu olmasın deyə yeniyetmələrə tapşırıqlar verin. Amma nəzərə alın ki, uşağa məsuliyyət yükləmək həftədə iki dəfə qab yumaq və zibil atmaqdan daha ziyadə şeydir. Əgər öhdəsinə götürdüyü məsuliyyətlə əlaqədar uşağın gördüyü işlər həftədə 40 dəqiqəni keçmirsə, o, hazırlıqsız olacaqdır. Zəhmət və məsuliyyət yeniyetmələrdə məhsuldarlığı, müvəffəqiyyəti təmin edir.

Balacalıqdan başla
Kiçik budaqları asanlıqla əyib-düzəltmək olur. Amma onlar ağaca çevrildikdə bunu etmək olmur.

Məktəbəqədər yaşdan başlayın. Əgər ailədə yeni uşaq gözlənilirsə, uşaqlara deyin: "Birlikdə sevinəcək, birlikdə uşağın qayğısına qalacağıq". Belə vacib "layihə"də məsuliyyətli ortaqlar olmaq onların xoşuna gələcəkdir. Uşaq təmiz bez gətirməklə, dəyişilmiş bezi zibil qabına atmaqla, dağınıq oyuncaqları yığışdırmaqla balaca qardaşının qayğısına qala bilər. Ortaqlıq və əməkdaşlığa cəlb etməklə uşağa öyrədin ki, birlikdə işləmək və balacaya xidmət etmək nəcib davranışdır. Əsas olanı aktiv iştirakdır. Valideynin nə etdiyinə tamaşa etmək əvəzinə, uşaq müxtəlif ev işlərində ona kömək etməlidir.

İnkişafın müxtəlif mərhələlərindəki imkanlar

Çağalar və balacalar

Bu yaşda olan uşaqlar valideynlərinin təmkinini yoxlamağa başlayırlar. Məsələn, ikiyaşlı uşaq diqqəti cəlb etmək üçün oyuncaqları davamlı şəkildə tullamağı öyrənir. Daha sonra o, bunu qəzəblə etməyə başlayır, böyükləri buna reaksiya ver-

məyə məcbur edir. Bu vaxt zəruridir ki, uşaqlar deyil, valideynlər sərhəd qoysunlar. Əgər uşaq birinci dəfə oyuncağı tullayırsa, valideyn onu götürüb uşağa verə bilər. Yox, uşaq hey oyuncağı atırsa, onda oyuncağı ondan uzaq qoymaq lazımdır. Bu vaxt uşaq başa düşəcəkdir ki, pis davranışlar rəğbət görmür. Bu yaş mərhələsini "dəhşətli iki il" adlandırırlar.

Çağa böyüdükcə valideyninin səbrini sınağa çəkən davranışları öyrənir. Bu mərhələdə uşağa öyrədilməlidir ki, hər pis davranış cəzaya səbəb ola bilər. Əgər valideyn nadinc uşağa: "Bundan əl çəkməsən, evə gedəcəyik", – deyirsə, dediyini etməlidir. Əgər valideyn uşağa öyrətsə ki, dediyində ciddidir, onda onun nəzərində dedikləri ağırlıq kəsb edəcəkdir. Vacibdir ki, hər iki valideyn buna əməl etsin.

İlk uşaqlıq mərhələsi

Kiçik yaşlarında uşaqlara özlərinin qayğısına qalmağı öyrətmək lazımdır. Onlar saçlarını daramalı, dişlərini təmizləməli, paltarlarına səliqə verməlidirlər. Həmçinin bəzi kiçik ev işlərini görmək uşaqda özünüqiymətləndirmə şüurunu möhkəmləndirəcək və onlara belə bir fikir aşılayacaqdır ki, ailədə onların da yeri var. Tapşırılmış işi etməyən uşaq bilməlidir ki, cəzalanacaqdır. Əgər uşaq ona tapşırılmış işi bitirməyibsə, ona, məsələn, yoldaşları ilə oynamağa, televizora baxmağa icazə verməyin. Elə ki işi bitirdi, istədiyini edə bilər.

Məktəb yaşından yeniyetməliyə qədər

Uşaqlar böyüdükcə məsuliyyətləri də artır. Davamlı həvəsləndirmə onların özlərini əhəmiyyətli hiss etmələrinə səbəb olur. Məsuliyyətli davrandığı üçün uşağınızı mükafatlandırın: məsələn, ev heyvanlarına baxdıqda, məktəbdə yaxşı qiymət aldıqda özünüzü yaxşı hiss etdiyinizi ona deyin.

Əgər uşaq məktəbdə yaxşı oxumursa, evdə az kömək edirsə, problemin kökünü araşdırmaq lazımdır.

Ciddi qaydalar qoyulmuş uşaqlar özlərini yaxşı aparır, müvəffəqiyyət qazanırlar. Evdə və ya məktəbdə davranış normaları qoyulmamış uşaq ümidləri doğrultmur. Əgər uşaq öz hərəkətlərinə görə məsuliyyət daşıdığını hiss edirsə, bu hal tərbiyəvi mühit yaradacaqdır.

Yeniyetməlikdən əvvəlki mərhələdə olan uşaqların çoxu həmyaşıdlarının təzyiqləri ilə üz-üzə gəlirlər. Evdə məsuliyyətli olmağı öyrənmiş uşaqların həmyaşıdlarının təzyiqi ilə özlərini pis aparmaq ehtimalı çox azdır. Uşaqlarla ünsiyyətdə olun, – bu onlara öz qorxularını valideynləri ilə müzakirə etmək, hisslərini başa düşmək imkanı verəcəkdir.

Yeniyetmələr

Böyüklərin qanını qaraltmaq məsələsində yeniyetmələrin

"imkanlar"ı genişdir. Düzü səhvdən fərqləndirməyi bacaran yeniyetmə başa düşür ki, pis davranışların pis nəticəsi olur, odur ki doğru seçim edir.

Yeniyetmə övladınıza məsuliyyətli olmağı aşılayın. Əgər bünövrə yaxşı qoyulubsa, valideyn uşaqla onun gələcəyini müzakirə etmək imkanına sahibdir. Uşaq bilməlidir ki, uğur qazanması üçün məsuliyyətli olmağı lazımdır. Uşaqlara qarşıya qoyulmuş real məqsədlərə çatmaqda kömək edin.

Gənclik

Əgər uşağa məsuliyyətli olmağı öyrətmişsinizsə, o bu mərhələdə özünə güvənəcək, müstəqil həyata sarı addımlayacaqdır. Uşaqlarını özlərindən asılı tərbiyə etmiş valideynlər görəcəklər ki, onlar müstəqil həyata atıla bilmir, yaşamaq üçün ailədən kömək gözləyirlər. Mənfi hərəkətlərinə görə məsuliyyət daşımaq şüuru aşılanmamış gənclər çətin vəziyyətə düşür, qarşılaşdıqları problemlərə görə başqalarını qınayırlar. Məsuliyyətsiz gənclər üçün sosial münasibətlər qurmaq çətin olur.

Möhkəmləndirilməsi zəruri sayılan prinsiplər

İşiniz maraqlı və şən olsun

Azyaşlılar və məktəbəqədər yaşda olan uşaqlar valideynlərin dediyi hər şeyə inanırlar. Odur ki onlara işləməyin maraqlı və şən olacağını öyrətmək mümkündür. Məsələn, valideynlər oyuncaqları yığışdırmaq və mağazadan alınmış ərzaqları yerlərinə qoymağı uşaqları üçün əyləncəli məşğuliyyətə çevirə bilərlər. Şübhə yoxdur ki, belə uşaqlar böyüdükdə zəhmətsevər olacaq, ev işlərində valideynlərinə kömək edəcəklər. Valideyn uşağının yanında nə dediyinə diqqət yetirməlidir. Əgər uşaq valideynin: "Sənninlə oynamaq istəyərdim, amma əlimdə işim var", – dediyini eşidərsə, işin mənfi və arzuedilməz şey olduğunu düşünəcəkdir. Əvəzində, belə demək lazımdır: "Gəl birlikdə əylənək, döşəməni silək. Sən döşəməsiləni tut. Əyləncəlidir, deyilmi?"

Uşaqlarınıza öyrədin ki, heç bir ev və ya bağ işi alçaldıcı deyildir; əksinə, bütün bu

işlər ehtirama layiqdir. Uşağınıza aşılayın ki, işləmək üstünlükdür. Valideyn fiziki işlərin müsbət tərəflərini uşağına izah etməlidir. Uşağa deyin ki, xəstəlik, taqətsizlik, əlillik üzündən bu işlərdə iştirak etməsəydi, nə baş verərdi? Hər kəs sağlamlığın qədrini bilməli, səmərəli işlərdə iştirak etməlidir. Valideynlər uşaqlarını hər fürsətdə fiziki işə həvəsləndirməli, onlara məsuliyyət şüuru aşılamalıdırlar.

Valideyn ev işlərinə əyləncə qatmağı bacarmalıdır. Məsələn, iş əsnasında musiqiyə qulaq asmaq, şirin-şirin zarafat etmək, maraqlı şeylər danışmaq mümkündür. Əyləncə və şənlənmə uşağın işə münasibətini yaxşılaşdıracaq, onda məsuliyyət şüurunu möhkəmləndirəcəkdir. Əgər ailənin işləməsi və əylənməsi eyni vaxtda baş verərsə, bu, uşaqlardan birinin işləyib digərlərinin oynaması səbəbi ilə yaranmış hiddəti aradan qaldıracaqdır. Əgər bağda işləmək lazımdırsa, yaxşı olar ki, bütün ailə bunda iştirak etsin.

Birlikdə işləyin

Valideyn bilməlidir ki, "biz" sözü uşaqlara müsbət təsir göstərir. Məsələn, belə demək mümkündür: "Biz çirkli paltarları döşəməyə atmır, əksinə, paltaryuyan maşına qoyuruq". Bütövün parçası olmaq uşaqların xoşuna gəlir və "biz" sözü onları həvəsləndirir, onlara tövsiyə və nəsihətlərdən daha çox təsir göstərir. Uşağa: "Otağı yığışdır!" – demək əvəzinə, "Gəl birlikdə otağı yığışdıraq!" – demək lazımdır.

Uşaqlar valideynləri ilə birlikdə hər hansı işlə məşğul olduqda yaxşı inkişaf edir, faydalı vərdişlər qazanırlar. Valideyn sevgisinin nəticəsində onlar özlərini sevimli və məsuliyyətli hiss edir, komanda halında işləyirlər. Bu da imkan verir ki, onlar istənilən işə müsbət münasibət bəsləsinlər.

Bağda işləməyin 10 qaydası

Uşaqlar gəzməyə çıxdıqda oynamağa başlamazdan əvvəl 10 kiçik iş görməlidirlər. Bunlar aşağıdakılar ola bilər: bağda on daş tapıb tullamaq, 10 alaq otunu və ya 10 qurumuş çiçəyi kökündən çıxarıb atmaq, zibil qutusuna yerə düşmüş 10 yarpaq atmaq... Və ya bunların əvəzinə bir böyük iş görmək mümkündür: həyəti dırmıqla təmizləmək, çiçəkləri sulamaq. Bu onlara ümumi mülkiyyətin qayğısına qalmağı öyrədəcəkdir.

Valideynlər uşaqlarını meyvə və tərəvəz əkməyə həvəsləndirməlidirlər.

Bir liviyalı danışırdı ki, bağını altı hissəyə ayırdıqdan sonra hər hissəni bir oğluna tapşırıb. Onlara icazə verib ki, istədiklərini əksinlər. Həyat yoldaşına nahara tərəvəz lazım olduqda uşaqlardan soruşurmuş: "Hansınız pomidor və ya bibər əkib?" Bağa çox yaxşı qulluq edirdilər, bağda işləməklə əlaqəli bütün mübahisələr özlüyündə həll olunmuşdu! (Silviya Hant)

Məktəb yaşına çatmamış uşaqlara seçim imkanı yaratmaq lazımdır. Amma bəzən uşağa: “Sən bunu etməlisən!” – demək də lazım gəlir. İstəmədikləri işi gördürməməklə uşaqlarınızı tənbəl böyütməyin. Məsuliyyətli olmaq həm də istəmədiyimiz halda deyilənləri etməkdir. Eyni vaxtda həm sevdirən, həm də qətiyyətli olun.

Tədricən məsuliyyət aşılayın

Valideynlərin səhvlərindən biri budur ki, uşaqlarına işləməyə deyil, oynamağa icazə verir, onların “məsuliyyət” yaşına çatmağını gözləyirlər. Nəticədə uşaq həmin yaşa çatdıqda görməli olduğu işlərin

və öhdəliklərin çoxluğu ilə sarsılır. Uşağa tədricən daha çox iş görməkdə, öhdəsinə daha çox məsuliyyət götürməkdə kömək edin. Bir sıra inkişaf etməkdə olan ölkələrdə uşaqların, xüsusən qızların payına daha çox iş düşür. Qız uşaqları balaca qardaş və bacılarına baxır, odun toplayır, su daşıyır, ev işlərində valideynlərinə kö-mək edirlər. Bu ölkələrdə 8 yaşlı oğlanlar xidmətçi və ya fəhlə işləyirlər.

19 yaşlı gənclərin çoxu həftədə 40 saat (yarım iş günü) işləyirlər. Tədricən məsuliyyətli olmağı öyrənmiş gənclər bütün günü işləməyə hazır olurlar.

Uşaq bağçasına gedən uşaqlara evdə çətin olmayan işləri (çirkli paltarı paltaryuyan maşına atmaq, oyuncaqları yerinə yığmaq və s.) görmək vərdişi aşılamaq lazımdır. Onlara başqa işləri də tapşırmaq olar. Altıyaşlı uşaq hər gün süfrə açmağı, yatağı yığmağı, ev heyvanlarını yedirməyi, süfrəni yığışdırmağı, çirkli paltarları paltaryuyan maşına qoymağı bacarmalı, qabları yumağa kömək etməlidir. Yeniyetmələr isə paltar və qabları yumağı, həyətdəki otları maşınla biçməyi, balaca qardaş və bacılarına baxmağı bacarmalıdır. Həmçinin onlar yarım davamiyyətlə hansı isə işdə işləyə, könüllü işlər görə bilərlər.

Uşaqların işdən yayınmalarına imkan verməyin

Uşaqlara öyrətmək lazımdır ki, ailədə hər kəsin öz vəzifəsi var. Əgər uşağa iş görməmək üçün mübahisə etməyə icazə verirsinizsə, işləməkdən imtina etməsinə göz yumursunuzsa, onda o, başqalarına xeyri toxunan insan olmağı öyrənməyəcəkdir. Əgər siz əsas diqqətinizi kimin daha çox alaq otu təmizləməyinə və ya qab-qacaq qurulamağına versəniz, onda uşaqlar arasında ailədəki ümumi harmoniyaya mənfi təsir göstərəcək mübahisələr yaranacaqdır. Uşaqlarınıza komanda halında işləməyi öyrədin. Məsələn, belə demək mümkündür: "Stol təmiz olduqdan sonra hamılıqda filmə baxa və ya parka gəzməyə gedə bilərik" və ya: "Əgər bağdakı bütün işləri görsək, axşam dondurma yeyə bilərik" ya da: "Evi tam sahmana saldıqdan

sonra bunu qeyd etmək üçün filan yerə ekskursiyaya gedərik".

Qrupu mükafatlandırmaq həmahənglik yaradır, komanda ilə işləmək qabiliyyətini və məsuliyyəti artırır. Uşaqdan, məsələn, kimsə xəstələndikdə onun əvəzinə hansı isə işi görməyi istəmək olar. Onları bir-birinə kömək etməyə, bir-birini əvəzləməyə həvəsləndirmək lazımdır.

Böyük uşaqlar balacalara dərslərində, balacalar da böyüklərə ev işlərində kömək etməlidirlər.

Əməli təkliflər

– Uşaqlarınıza çoxlu tapşırıqlar verməyin. Valideyn uşaqların qabiliyyət və meyllərini nəzərə almalı, onlara bacardıqları şeyləri tapşırma-lıdır. Müvəffəqiyyət və mükafat uşaqları daha çox iş görməyə həvəsləndirsə də, ifrat yükləmə onlarda uğursuzluğa səbəb olub, həvəsi öldürə bilər.

– Uşaqlarınızdan məsuliyyətli olmalarını gözləyin. Valideynin ümidvarlığı uşaqda həvəs yaradır. Uşağa hər hansı bir işi tapşırarkən bunu həyata keçirməyin vaxtını da müəyyənləşdirin. Uşaqlara tapşırılan işi özlərinə uyğun şəkildə yerinə yetirməyə imkan verin, nəzarət etməyin, davamlı şəkildə xatırlatmayın, amma təkbaşına öhdəsindən gələ bilmədiklərində köməklik göstərin.

– Uşağınızı məsuliyyətsiz adlandırmayın. Dostuna testlərdə kömək edəcəyinə söz verdiyi halda uşaq kinoya getməyi düşünürsə, onu ittiham etməyin, əskinə, onda dostuna tez kömək etmək həvəsi yaradın. Əgər uşaq unutqanlığa meyllidirsə, valideynlər bu kimi ifadələrdən çəkinməlidirlər: "Başın olsaydı, unutmazdın" və s. Bu cür ifadələr ağrılı olub məyusluq yaradır. Davranışları mühakimə edin, insanları deyil.

– Uşaqlara sistemli olmaqda kömək etmək lazımdır. Uşağınıza dərsdən sonra işləri necə sahmanlamağı öyrədin. Ev tapşırıqlarını yerinə yetirmək üçün vaxtı necə tənzimləməyi, dincəlmək və həyətdə oynamağa vaxt qalsın deyə bütün işləri necə görməyi ona başa salın.

– Böyük tapşırıqları tərkib hissələrinə ayırın. Əgər uşağa məktəbdən hesabat yazmaq tapşırılıbsa, o, valideynləri ilə kitabxanaya getmək, internetdə lazımi məlumatları tapmaq, mətnin müxtəlif hissələrini yazmaq üçün nə qədər vaxtın lazım olduğunu müzakirə edə bilər. Uşaqlara layihəni hissələrə bölməyi, hər hissənin icrası üçün ayrıca plan tutmağı öyrətmək lazımdır.

– Valideyn uşağın əvəzinə ev tapşırıqlarını etməməlidir. Uşaqları belə bir fikrə alışdırmaq lazımdır ki, müstəqildirlər, şəxsi məsuliyyət zonasına sahibdirlər.

– Uşaqlara səhvlərinə görə cavabdehlik daşımağı öyrətmək lazımdır. Hər bir halda, valideyn uşağın əvəzinə hərəkət etməməlidir.

– Uşağınıza pulu necə işlətməyi öyrədin. Onlar əllərindəkindən çox xərcləməməlidirlər. Fərqi yoxdur bu pul onların cib xərcliyidirmi, onu baba və nənəmi verib, yaxud özlərimi qazanıblar. Uşağa borc pul verməyin, qohumlara pul üçün ağız açmağa qoymayın. Pul çatmadığı üçün uşaq müstəqil şəkildə pul qazanmaq istəyirsə, lazımi qədər pul yığanadək gözləməli, borc almamalıdır. İşləyən uşaqlara məvaciblərini dərhal xərcləməməyi, müəyyən hissəsini yığıb saxlamağı öyrətmək lazımdır. Böyüdüyündə uşağınıza pulunuzu necə xərclədiyinizi, pul yığma və sərmayə qoyma formalarını danışa bilərsiniz. Ona Quranın sələmi haram etməyi,

islam bank işi barəsində qısa məlumat verin.

– Uşağınızı iş axtarmağa həvəsləndirin. Bu iş könüllü, məktəbdən sonra və yay işi ola bilər. Şəxsi biznesi (mağaza, mehmanxana, restoran, ferma) olan valideynlərin uşaqları hələ erkən yaşdan onlara iş yerində kömək etməlidirlər: onlar işə vaxtında gəlməyi, mehriban davranmağı, tapşırılan işi görməyi öyrənməlidirlər.

Ümumi məsləhətlər

Yorğun və ac ikən uşaqlarınıza dərs oxutmayın
Məsuliyyət səbir tələb edir
Öyrədərkən tənqid etməyin

Valideyn uşağı işdən çıxarırmış kimi qovmamalıdır

Hər bir valideyn bilir ki, ona işdə düşən öhdəliyi vaxtında yerinə yetirməzsə, işdən qovulacaqdır. Valideyn uşağını "işdən azad edə" bilməsə də, ona yol göstərməli, məsuliyyət öyrətməlidir.

Elə günlər olur ki, uşaq, məsələn, dostunun evində qaldığı, səfərə çıxdığı üçün işini yerinə yetirə bilmir. O, həqiqi işdə olduğu kimi əvvəlcədən otqul (icazə) götürə bilər. Səhər valideynin yanına gəlib belə demək düzgün deyil: "Bağışlayın, mən bu gün balacalara baxa bilmərəm, çünki dünən axşam qonaqlıqda idim, yata bilməmişəm".

İmtiyaz və məsuliyyətin əlaqələndirilməsi

Bir çox uşaq əmindir ki, uşaq olduqları üçün imtiyazları var, valideyn onlara qulluq etməlidir Bir ailənin belə bir ayini vardı: hər il uşağa yeni imtiyaz tanınır, yeni məsuliyyət yüklənirdi. Uşaqlar bu yeni hüquq və vəzifələri arasında seçim edə bilərdilər. Amma valideynlər onların "status"unun dəyişilməsinə həmişə ciddi münasibət bəsləyirdilər.

Birinci misal. Qızınız bir neçə ildir ki, pişik istəyir. O buna nail olmaq üçün həftədə bir dəfə qardaşına baxmağa hazırdır. Ona pişik o şərtlə alınacaq ki, o özü onun qayğısına qalsın. Əks halda, onu başqalarına verəcəklər.

Valideynlər uşaqların davranışlarının nə ilə nəticələnəcəyini qabaqcadan bilməli, onlar səhvə yol verdiklərində vəziyyətdən çıxış yolu tapmalıdırlar. Məsuliyyət aşılamağın ən yaxşı üsullarından biri uşaqlar məsuliyyətsiz davrandıqda onlara müvafiq cəzaların verilməsidir. Məsələn, qadağan olunmuş yerdə avtomobilini saxladığı üçün yeniyetmə övladının yerinə ata cərimə ödəməməlidir.

İkinci misal. Uşaqdan xahiş edilmişdi ki, məktəbdən evə qayıdarkən yoldan bir qutu süd alsın, o isə bunu unutmuşdu. Ana mağazaya tələsməməli, şamı südsüz hazırlamalıdır. Səhər isə uşaq südsüz yarma yeməlidir

Üçüncü misal. Anası tərəfindən tələsdirilsə də, qız bir neçə dəfə evdən gec çıxmış, məktəb avtobusunu qaçırmışdır. Hər dəfəsində ana onu öz avtomobili ilə məktəbə aparmış, bütün yolu ona dəqiqlik haqqında "məruzə" oxumuşdur. Halbuki qız məktəbə bir neçə dəfə piyada getsəydi, bəlkə də, öz davranışına düzəliş verərdi. Yox, piyada getmək təhlükəlidirsə, ana qızını öz işlərini qurtardıqdan sonra məktəbə apara bilər. Qıza isə dərslər başlandıqdan sonra məktəbə gəlmək xəcalət verəcəkdir. Bu vəziyyət qıza öz səhvini düzəltmək şansı verir. Belə dərslər asanlıqla səmərə verir.

Dördüncü misal. Şam hazırlamaq növbəsi oğlanın idi, amma o, futbolda uduzduğun-

dan evə gec gəlmişdi. Ona qışqırmaq və ya yemək hazırlamaq əvəzinə ana belə deyə bilər: "Şam yeməyi stolun üstündə olmalıdır". Bu vaxt müqəssir ya qayğanaq bişirməli, ya pendirli sendviç hazırlamalı, ya da növbəti gün yemək hazırlamalı olan şəxslə növbəni dəyişdirməlidir. Bu vəziyyətdə vacib olan şam yeməyi deyildir, ailədə məsuliyyətli olmaq üçün motivasiya yaratmaqdır.

Bəzi uşaqlar öz səhvlərinə görə başqalarını və mövcud vəziyyəti günahlandırmağa vərdiş ediblər. Böyüklər öz şəxsi təcrübələrini yada salmalıdırlar. Bəlkə də, onlar da onlardan çox şey gözləyən valideynlərini naümid buraxmış məsuliyyətsizliyə yol vermişlər.

Cinsi həyatda məsuliyyətsizliyin nəticələri

2002-2007-ci illər arasında Böyük Britaniyada qızların 12 yaşda 268, 13 yaşda 2527, 14 yaşda 14777, 15 yaşda 45861 hamilə qalma faktı qeydə alınmışdır. Bu rəqəmlər, bəlkə də, aysberqin görünən tərəfidir. Bəlkə də, bir çox qızda uşaq düşmüş, çoxu da qeyri-qanuni yollarla abort etdirmişdir.

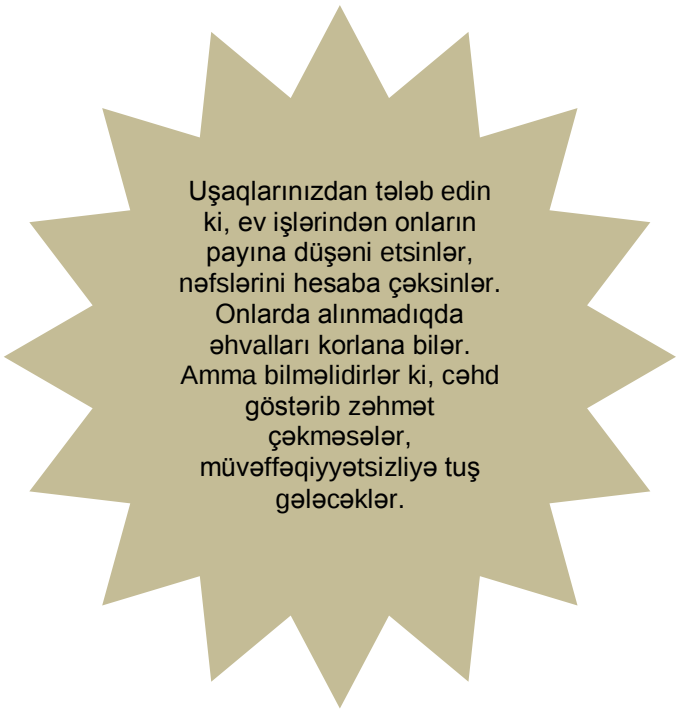
Ailə Təhsili Fondundan Norman Uelsin dediyinə görə, cinsi yolla keçən xəstəliklərə tutulma halları artmış, cinsi oyanmaya məruz qalan yeniyetmələrin sayı çoxalmışdır. Bu, uşaqların özlərini biədəb apardıqları cəmiyyətin yüksək dərəcədə seksuallaşmasının acı nəticələridir. Bu işdə müqəssir vulqar və məsuliyyətsiz cinsi tərbiyə müəllimləridir. Onlar gəncləri hamiləlikdən qorunma vasitələrindən istifadəyə ruhlandırır, vəziyyətdən xilas olmaq üçün cinsi əlaqədə olmaqdan çəkindirmirlər (Martin 2010).

Quranda əməllər və aqibət haqqında danışılır:

"Kim (dünyada) zərrə qədər yaxşı iş görmüşdürsə, onu (onun xeyrini) görəcəkdir (mükafatını alacaqdır).

Kim də zərrə qədər pis iş görmüşdürsə, onu (onun zərərini) görəcəkdir (cəzasını çəkəcəkdir)" (əz-Zəlzələ, 7-8).

Məsuliyyət və nəfsi hesaba çəkmək – uşaqlarımıza öyrədəcyimiz baza prinsiplər olmalıdır.



Tapşırıqlar

LVII tapşırıq. Allah hər şeyi görür

Qoy uşaqlar aşağıdakı əhvalatları oxuyub şərh versinlər:

1) Yay düşərgəsinin yeməkxanasında meyvə olan podnosun üzərində yazılmışdı: "Hər kəs bir alma götürsün. Allah hər şeyi görür". Piroq podnosunun üzərində isə heç nə yazılmamışdı. Uşaqlardan biri həmin podnosun üstünə yazmışdı: "İstədiyin qədər götürün, çünki Allah almaları qorumaqla məşğuldur" (Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutunun 2007-ci ilin oktyabr ayında təşkil etdiyi iftar süfrəsində keşiş Pit Martinin nitqindən).

2) Xəlifə Ömər ibn əl-Xəttab *(Allah ondan razı qalsın)* görəndə ki, tacirlərdən biri alıcılara kələk gəlir, əmr vermişdi car çəkilsin: "Kim kələk gələrsə, bizdən deyildir. Satmazdan əvvəl südə su qatmaq qadağan olunur".

Bundan sonra Mədinədə bir evdə aşağıdakı dialoq baş vermişdi:

Ana:

– Qızım, qalx südə su qat ki, daha çox pul qazanaq.

Qızı (mehribanlıqla):

– Məgər bilmirsən, Ömərin carçısı bu gün elan verib ki, südə su qatmaq olmaz.

Ana:

– Dediyimi elə. Nə Ömər, nə də carçısı bizi görmür.

Qızı:

– Necə ola bilər ki, aşkarda xəlifəyə itaət edim, gizlində isə asi olum?! Ömər bizi görməsə də, Ömərin rəbbi bizi həmişə görür!

LVIII tapşırıq. Bədbəxt hadisələr və məsuliyyət haqqında dərs

Aşağıdakı suala cavab verin və şərhlərə münasibət bildirin:

12 yaşlı oğlunuz həyətin arxasında futbol oynayarkən topla vurub qonşunun pəncərə şüşəsini sındırıb.

Siz nə edirsiniz:

1. Qonşuya zəng edib deyirsiniz ki, dəyən zərəri ödəyəcəksiniz və oğlunuzu cəzalandırırsınız.
2. Oğlunuza deyin ki, gedib qonşuya izah etsin ki, şüşəni qəsdən sındırmayıb və zərəri ödəyəcəkdir. Zərəri siz ödəyin və məbləği onun cib xərcliyindən çıxın.
3. Oğlunuza deyin ki, gedib qonşuya etiraf etsin ki, şüşəni təsadüfən sındırıb və zərəri yığdığı puldan (təbii ki, varıdırsa) ödəyəcək, ya da şüşəni yenisi ilə əvəzləmək üçün işləyib pul qazanacaqdır.

Şərhlər:

Uşağa etdiyinə görə məsuliyyətli olmağı öyrətmək baxımından bu, ideal vəziyyətdir. Belə olduqda ona hirslənməyə, yaxud onu cəzalandırmağa ehtiyac qalmır. Əgər siz birinci variantı seçsəniz, uşağınızın bundan öyrəndiyi yeganə şey valideynlərinin onu çətin vəziyyətdən xilas etmələridir. O öz-özünə deyəcəkdir: "Nə üçün məni danlayırlar? Bu ki təsadüfən baş verib".

İkinci variantı seçsəniz, uşağınıza təqsirini etiraf edib üzr istəməyi öyrədəcəksiniz.

Üçüncü variantla isə uşağınıza baş verənlərə görə məsuliyyət daşımağı öyrədəcəksiniz.

On doqquzuncu fəsil

Uşaqları sərbəst ruhda böyüdək

Giriş
Uydurma
Yaş nailiyyətləri
İmkan verin, balacalar öz yolları ilə getsinlər
Ayrılıq: ifrat asılılıqla necə baş etməli?
Yeniyetmələr reallığın parçasıdırlar
Tərbiyə tərzinin təsiri: avtoritet (nüfuz) gücə qarşı
Uşaqlarda özünəinamı möhkəmləndirmə vərdişləri
Uşaqlara seçim etməyə imkan verin
Valideynlərə tövsiyələr
Məsləhət, yoxsa özünəinam
Qızınızı hicab geyinməyə məcbur edirsinizmi?
Əgər uşağın dostlarından valideynin xoşu gəlmirsə
Tapşırıqlar

Giriş

Amerikada analar şikayətlənirlər ki, uşaqları onlardan uzun müddət çox şey gözləyirlər. Cəmiyyət uşaqları sərbəst həyata hazırlamaq tapşırığının öhdəsindən gələ bilməyib.

Qəribə mənzərə gözə dəyir: valideynlər həm uşaqlarının xoşbəxt olmağını istəyirlər, həm də onları elə tərbiyə edirlər ki, gələcəkdə xoşbəxt olmaq yerinə, bədbəxt olurlar. Uşaqlar sərbəst ruhda tərbiyə olunmur. Çünki valideynlər onlardan bunu gözləmirlər. Halbuki onlar uşaqlarını xoşbəxt etmək üçün maliyyə və emosiya resurslarını səfərbər edirlər. Onlar bunu səmimi qəlbdən edirlər, lakin etdikləri şəxsi istəklərini həyata keçirməkdən ibarətdir.

"Super valideynlər" iki cəhətə: övladları üçün etdikləri və onlara verdikləri şeylərə görə seçilirlər. Onlar əllərindən gələni edirlər ki, övladlarının hər şeyi olsun. Mütəxəssislərin məsləhətinə uyğun olaraq, onlar uşaq otaqlarını "stimullaşdırıcı" boyalarla rəngləyir, onlara çoxlu maarifləndirici oyuncaqlar alır, masaj kurslarına pul ödəyir, uşaqlarını idmana yazır, məktəbəqədər qabaqcıl məşğələlərə aparır, dörd yaşından futbol oynamağa həvəsləndirirlər. Onlar uşaqları üçün vaxtlarını, dostluqlarını, şəxsi maraqlarını, bəzən də cinsi həyatlarını qurban verirlər; uşaqlara icazə verirlər ki, onlara hətta işdə mane olsunlar. Valideynlər uşaqlara təhsil vermədə heç bir fürsəti əldən qaçırmırlar. Ən mühümü budur ki, onlar uşaqlarda özünüqiymətləndirməni artırmaq üçün bütün imkanlarını səfər-

bər edirlər. Valideynlər uşaqlarının doğum günlərini qeyd etmək üçün ziyafətlər təşkil edir, hər şeyin şahzadələrə layiq şəkildə olmağına çalışırlar. Onlara çoxlu hədiyyə alırlar. Hətta uşaqlar ərköyün böyüsə də, valideynləri onları heç nədən məhrum etmək istəmirlər. Təəssüf ki, bütün bunlar uşaqların bədbəxt olmağı ilə nəticələnir: uşaqları riskdən qorumaq adı altında onları sərbəst ruhda tərbiyə etmirik, deməli, onları ən başlıca şeydən məhrum edirik.

ABŞ-da bir çox ailə uşaqlarını keçmişdə olduğundan fərqli şəkildə tərbiyə edir. Keçmişdə uşaqlar öz həmyaşıdları ilə vaxt keçirirdilər. Həmin dövrdə ana uşağına deyirdi: "Qanına qəltan olmadıqca məni narahat etmə". İdman təkcə bazar günləri deyil, həm də dərslərdən sonra hər gün uşaqların üz tutduğu məşğuliyyət idi. Valideynlər uşaqların öz aralarında keçirdiyi idman yarışlarına nadirən tamaşa etməyə gələrdilər. Təhsil məktəbdə müəllimlərə həvalə edilmişdi. Valideynlər uşaqlarının xoşbəxtliyi məsələsində narahat deyildilər. Onları daha çox şəxsi xoşbəxtlikləri narahat edirdi.

Uşaqları sərbəst ruhda tərbiyə etmək valideynləri ilə onların əlaqəsini kəsib atmaq mənasına gəlmir. Ailənin hər bir üzvü həm sərbəst olmalı, həm də ailə ilə əlaqəni qoruyub saxlamalıdır.

İndiki valideynlər uşaq ikən ABŞ-da ailələr böyük, evlər kiçik idi, sosial xidmət deyilən şey yox idi. Bir çox yuxarı sinif şagirdi və kollec tələbəsi öz ehtiyaclarını ödəmək üçün işləməyə məcbur olurdu. Onlar yaxşı təhsil aldıqları üçün deyil, pulunu ödəyə bildiklərində maşın sahibi olurdular. Həm valideynlər, həm də uşaqlar ümid edirdilər ki, cavanlar təhsili bitirdikdən sonra iş tapacaq, müstəqil həyata qədəm basacaqlar. Nəticədə sərbəst ruhda böyümüş nəsillər yetişirdi.

Müasir valideynlər əsas diqqəti uşaqların özlərini yaxşı hiss etmələrinə verir, onlara yaşamaq üçün zəruri sayılan bilik və vərdişləri öyrətməyi unudurlar. Təkcə özünü deyil, başqalarını da düşünən ləyaqətli şəxsiyyət yetişdirmək işi valideynlərin nəzərində birincilik qazanmayıb. Valideynlə-

rindən istədikləri şeyləri əldə edən uşaqlar özlərini çox sevir, başqalarına çox az diqqət yetirirlər. Ərköyün uşaqlardan çox vaxt pis otaq yoldaşı, yaramaz ər (xanım) çıxır. İllər keçdikcə onlar daha çox tələb edirlər, valideynlər etiraz edə, "yox" deyə bilmirlər. Hər bir halda, güzəştə gedən tərəf valideynlər olur. Onlar nə yolla olursa-olsun övladlarını xoşbəxt etmək istəyirlər. Elə güman edirlər ki, nə qədər çox versələr, uşaq bir o qədər xoşbəxt olacaqdır. Nəticədə meydana məsuliyyətsiz və asılı yeniyetmələr, son dərəcə incidilmiş valideynlər çıxır. Onlar xəstə və yorğundurlar, övladları ilə nə edəcəyini bilmirlər.

Bu vəziyyət uşağın valideynə pul mənbəyi gözü ilə baxdığı varlı ailələrlə məhdudlaşmır. Elə orta gəlirli ailələr vardır ki, pul toplayır, uşaqlarını istədikləri şeylərlə təmin edirlər. Belə uşaqlar asılı və ailənin ehtiyat pulunu sağa-sola xərcləyən fərdlər olaraq böyüyürlər.

Bəzən valideyn "köməy"i – dərsləri hazırlamaq, imla yazmaq, cibxərcliyi vermək o dərəcədə çox olur ki, şəxsi uğurlarla "kollektiv işi"nin sərhədi bilinmir. Şübhə yox ki, valideyn köməyi lazımlı və mühümdür, amma hətta uşaqlar xəstələndikdə valideyn onlara kömək göstərməkdə ifrata varmamalı, yeniyetmələrlə azyaşlı kimi davranmamalıdır. Bəzən uşaqlar başqalarının fikirlərindən o qədər asılı olurlar ki, "nə geyinməli", "bu işə razılıq göstərimmi", "bu qızla evlənimmi?" sualları ilə əlaqədar həlledici qərarlar verə bilmirlər.

O uşaqlar ki, valideynləri onları lap çox şeylə təmin etmişlər, həyatda əksər hallarda asılı olurlar.

Özümüzə güvənir, əminliyimizi inkişaf etdiririk. Mütləq asılılıq və qərar qəbul etmək qorxusu deyilən şey mövcud deyildir!

Bəzi analar uşaqlarını onları incidəcək və ya onlara zərər verəcək hər şeydən qorumaq istəyirlər. Bu, qeyri-mümkün işdir.

Uydurma
Ağlayan uşaqların halı

Psixoloq Ceffri Simpson demişdir: "Əgər sən bir yaşında özünü əmin-amanlıqda hiss etmirsənsə, 21 yaşında, həyat yoldaşınla olduqda mənfi hisslər keçirəcəksən". Simpson və həmkarları 25 il ərzində 78 nəfər üzərində onlar hələ balaca ikən müşahidə aparmışdılar. Analar bu araşdırma ərzində uşaqlarını laboratoriyaya gətirirdilər. Onlardan xahiş olunmuşdu ki, qısa müddətə laboratoriyanı tərk etsinlər. Uşaqlar ağlayırdılar, anaları qayıtdıqda bəzi uşaqlar analarına bərk-bərk sarılıb rahatlıq tapır, sakitləşirdilər. Bəzi uşaqlar isə anaları onları uzun müddət sakitləşdirməyə çalışsa da, sakitləşmək istəmirdilər. Elə uşaqlar da vardı ki, incimişdilər, onları "atıb getmiş" analarına tərəf çevrilmək belə istəmirdilər.

Əmin-amanlıqda olan uşaq düşünür: "Məni sakitləşdirsinlər deyə valideynlərimə etibar edə bilərəm" və bununla yanaşı, başqalarına sığınmağı öyrənir. Əmin-amanlıqda olmayan uşaq isə düşünür ki, "Valideynim məni istəmir", "Valideynim mənə əhəmiyyət vermir", "Diqqət çəkmək üçün narazılığımı bildirməliyəm". Əgər uşaq bir yaşında özünü əmin-amanlıqda və himayə altında hiss etmirsə, çox güman ki, başqalarından asılı ruhda böyüyəcəkdir. Düzgün qayğı görən uşaqlar isə özlərini təhlükəsizlikdə hiss edir, sərbəst böyüyürlər; rədd edilən və ya etina göstərilməyən uşaqlar isə özlərini təhlükəsizlikdə hiss etmirlər, onların asılı olmamaq şansı çox azdır.

Ağlağan və kömək üçün analarına sığınan uşaqlara anaları kömək etməli, dəstək verməlidirlər. Özünü rahat və əmin-amanlıqda hiss edən uşaqlar ətraf aləmə daha tez uyğunlaşırlar. Romantik cütlüklər də belədir: emosional ehtiyacları ödənildikdə bir-birlərinə daha çox bağlanırlar. İnsanlar biləndə ki, işlər yaxşı getmədikdə onlara kömək edən və ya onları sakitləşdirən kimsə tapılacaqdır, riskə girir, çətinliklərə atılırlar. Özlərini əmin-amanlıqda hiss edən şəxslər başqalarından asanlıqla kömək istəyirlər.

Kömək üçün özlərinə güvənən və bu köməyi əldə edə bilən insanlar, əslində sərbəst ruhda böyümüş insanlardır.

Yaş nailiyyətləri

Valideynləri tərəfindən sərbəst ruhda böyüdülən uşaqlar özlərini bacarıqlı və sərbəst hiss edirlər. Valideyn sevgi və dəstək bəxş etdikdə, öyrənib kəşf etməyə ruhlandırdıqda, öyrənmək marağı yaratdıqda, vərdişlər aşıladıqda, seçmək hüququ tanıdıqda uşaqlar sərbəst yaşamağı öyrənirlər. Uşaq kəşflərindəki ruh yüksəkliyi göstərir ki, onlar bunu yüksək qiymətləndirirlər.

"Özüm edə bilərəm!"

Özünə qayğı göstərməyi öyrənmək sərbəst yaşamaq bacarığını inkişaf etdirir. Körpələrin başlarını dik tutmaq, çevrilmək, oturmaq cəhdləri sərbəst həyata doğru atılmış mühüm addımlardır. Sevgi, qayğı və şəfqət uşaqlara öz məqsədlərinə çatmağa kömək edir.

Uşaqlar sərbəst hərəkət etməyə başladıqlarında evdə ən vacib iş onlar üçün təhlükəsiz mühit yaratmaqdır. Həvəskar körpələrin şəxsi təhlükəsizlik

haqqında təsəvvürləri çox bəsitdir. Ağıllı seçimlər təqdim etməklə uşaqları sərbəstliyə həvəsləndirmək mümkündür. Uşaqlara cürbəcür şeyləri təsəvvür etmək, oyuncaqları, kitab və köynəkləri seçmək imkanı verin. Vaxt keçdikcə balacalar daha çox şey edə biləcəklər. Onları oyuncaq və paltarlarını yığışdırmağa, süf-

rəni salmağa anasına kömək etməyə, dəsmalları paltar dolabına qoymağa, birlikdə yemək hazırlamağa həvəsləndirin, – bütün bunlar onların sərbəst ruhda böyüməsinə kömək edəcəkdir.

Uşaqlar məktəb yaşına çatdıqda sərbəst ruhda tərbiyə imkanları çoxalır. Digər şagirdlərlə ünsiyyət, məktəbli layihələri və oyunlar onların gündəlik seçimlərinin bir hissəsini əmələ gətirir. Uşağa puldan sərbəst şəkildə istifadə etməyi öyrətdikdə onda maliyyə qərarları qəbul etmək bacarığı inkişaf edir. Misal üçün ona həftəlik cibxərcliyi vermək, yaxud onu ailə büdcəsini müzakirəyə cəlb etmək mümkündür. Uşaqların rəy və seçimlərinə hörmət etmək lazımdır. Uşaqların gördüyü kiçik işlərə görə valideyn öz məmnunluq və sevincini nümayişkaranə şəkildə bildirərsə, onlara öz dünyalarına nəzarət etməyi öyrədəcək, onları sərbəst həyata hazırlamış olacaqdır.

İmkan verin, balacalar öz yolları ilə getsinlər

Uşaqlar hər şeyi özləri sınaqdan çıxarmaq istəyirlər. Aşağıdakı vəziyyətlə, yəqin ki, hər biriniz qarşılaşmışsınız və əsəblərinizi cilovlamaq sizə o qədər də asan olmayıb: uşağınız əvvəlcə tərslik göstərir ki, hər şeyi özü edəcəkdir. Amma heç bir dəqiqə keçmir ki, arxanızda quyruq kimi gəzir, sizdən əl çəkmir. Aşağıdakı məsləhətlər sizə uşaqlarınızın nə istədiyini başa düşməyinizə kömək olacaqdır:

Əlinizdən gələni edin ki, uşağınız özünü əmin-amanlıqda hiss etsin. Bunun üçün ona çoxlu sevgi və diqqət bəxş edin!

– Meydan oxumaq və sözə baxmamaq (böyüklərin dediyini etməkdən imtina) balacanın sərbəst olmaq istəyinin zəruri təzahürləridir.

– Balacanın bütün istəklərini yerinə yetirməyə çalışmaq qeyri-real işdir. Əgər onlar valideynlərə “savaşmaq” istə-

yirlərsə, qoy olsun. Yox, özləri nə isə etmək fikrinə düşüblərsə, valideynlərə bununla razılaşmaq qalır.

– Əgər balaca tərslik edirsə, diqqətini yayındırın. Alternativ variant – uşağa seçim etmək imkanı tanımaq, ona vəziyyətə bir qədər nəzarət etmək fürsəti verməkdir.

– Göstəriş və ultimatumlardan çəkinin. Çünki əmr edib göstəriş vermək balacalarla davamlı çəkişmələrə səbəb olur, güc mübarizəsi ilə nəticələnir. İstiqamət verməklə öyrətmək ən səmərəli üsuldur. Görünür, uşaqlar valideyn nəzarətinin bütün formalarını rədd edir, özləri geyinmək və yemək istəyirlər, – bu hərəkət valideynlərdə qıcıq yaratsa da, bütünlükdə təbiidir.

Ayrılıq: ifrat asılılıqla necə baş etməli?

Valideyn uşaq üçün başlıca şəxsdir. Bu səbəbdən balacalar valideynlərindən ayrı düşməkdən qorxur, yad şəxslərdən qaçırlar. Ömrünün ilk bir və ya iki ilini valideyni ilə keçirmiş, ondan heç ayrılmamış balaca üçün onu gözdən qaçırmaq məntiqli görünmür. Ayrı düşmək həm böyüklər, həm də kiçiklər üçün ağırdır.

– Valideynlər əllərindən gələni etməlidirlər ki, uşaqlar özlərini təhlükəsizlikdə hiss etsinlər. Məsələn, onları qucaqlayıb oynamaqla bu mümkündür. Əmin-amanlıq hissi

formalaşdırmaq səbir tələb edir, amma uşaq özünü müstəqil şəxs olmağa hazır hiss edənədək bunu etmək lazımdır.

– Ayrılıq, ələlxüsus birinci dəfədirsə, uzun sürməməlidir. Ancaq zəruri hallarda uşağı özünüzdən ayıra bilərsiniz. Bundan əlavə, uşağa yeni in-

sanı – dayə və ya tərbiyəçini tanımaq üçün kifayət qədər vaxt vermək lazımdır. Onu buna qabaqcadan hazırlamaq gərəkdir.

– Uşaqda arxayınlıq yaratmaq çox mühümdür. Hətta qısa ayrılıq (səhər saatlarında uşaq bağçasına getmək və s.) həssas uşaqlar üçün ağrılı olur. Valideynlər vaxtaşırı olaraq uşaqları ilə gözlənilən dəyişikliklər haqqında söhbət aparıb izah etməlidirlər ki, yaxınlıqdadırlar, tezliklə qayıdacaqlar və hər şey əvvəlki kimi olacaq. Amma uşağı dayəyə tapşırmaqla əlaqəli icraatları tez-tələsik tamamlamaq olmaz.

– Valideynlər evdən uşağın xəbəri olmadan çıxıb getməməlidirlər. Sağollaşmaq problem yaratsa da, valideyn qəfildən yoxa çıxmadıqda uşaq daha az narahat olur. Şən olmaq lazımdır, çünki sizdəki stress uşağı narahat edir.

– "Qəmiş uşaq" hər yerdə, həmişə, hətta gündəlik ev işləri zamanı, mağazaya gedərkən valideynin arxasınca gəzib ondan əl çəkməyən uşaqdır. Valideynlər özlərini heç nə olmayıbmış kimi aparmağa çalışmalıdırlar. Uşaq valideynə "yapışdıqda" nahar hazırlamaq, kiminlə isə söhbət etmək asan deyil, amma, əvvəl-axır, uşaq özünə başqa məşğuliyyət tapacaqdır.

Uşaq növbəti inkişaf mərhələsinə keçdikdə valideynlərin kədərlənməsi təbiidir.

Yeniyetmələr reallığın parçasıdırlar

Balacaları qorumaq, nəzarətdə saxlamaq, qayğılarına qalmaq lazımdır. Çünki təcrübi bilikləri azdır. Bəzən valideyn uşağına onun dediklərini nə üçün etməli olduğunu izah etməməlidir.

Yeniyetmələrdə vəziyyət başqa cürdür. Əmr etmək əvəzinə, valideynlər diplomat olmalı, ortaq məxrəcə gəlməyin yollarını fikirləşməlidirlər.

Yeniyetmələr təkbaşına yaşamağı öyrənməlidirlər, çünki tezliklə evi tərk edəcək, valideynlərsiz keçinməli olacaqlar. Valideynlərin vəzifəsi, bəlkə də, ərköyün böyütdükləri övladlarına "bağlanıb qalmaq" deyil, onlara özlərinə güvənməyi öyrətməkdir. Böyüklər getdikcə "yumşalmalı", övladlarının artıq böyüdüyünü qəbul etməli, "iplər"ini boşaltmalıdırlar. Yeniyetmələr də valideynlərdən az asılı olmağı öyrənməlidirlər. Şübhə yox ki, valideynlə uşaq arasında konflikt yarandıqda bu çox çətin olur.

Ana ev xadiməsinə çevrildikdə yeniyetmələr tənbəlləşirlər: onlar özlərinə güvənməyi ümumiyyətlə öyrənmirlər, kiminsə ömrü boyu onların əvəzinə hər şeyi edəcəyini gözləyirlər. Xadimə olmağı seçən ana başa düşmür ki, xoş niyyətinə baxmayaraq, övladı gec-tez ondan inciyəcəkdir. Halbuki ana ondan etdiklərinə görə sevgi və minnətdarlıq gözləyirdi. Onda narazılıq hissi artacaqdır, çünki ona istədiyini etmək ixtiyarı verilmişdi. Əgər yeniyetmələrin şəxsi imkanlarının sərhədləri aydın deyilsə və onlar nəyin onlara icazəli olduğunu, nəyin də olmadığını bilmirlərsə, özləri bu sərhədləri müəyyənləşdirəcəklər, – insan təbiəti belədir.

Bəzi valideynlər hər bir vəziyyətə ciddi şəkildə nəzarət etmək istəyirlər. Bu hal sərbəst yaşamağı yeni-yeni öyrənən gənclə konfliktə aparıb

çıxarır. Valideynin borcu yeniyetmə övladına öz həyatını tənzimləməkdə kömək etməkdir. Valideyn qəbul etməlidir ki, gec-tez hər şeyə nəzarətdən imtina etməlidir. Böyüklər dostları ilə hansı isə məsələləri müzakirə etdiklərində özləri də qəbul edirlər ki, rəyləri doğru çıxmaya bilər. Deməli, uşaqların da valideynlərinkindən fərqli görüşlərinin olmağını qəbul etmək lazımdır. Valideynlər uşaqlara fərqli olmaq azadlığı verməlidirlər: onlar yeniyetmələrin düşüncələrinə nəzarət edə bilməzlər, amma öz nöqteyi-nəzərlərini dəyişsinlər deyə onları həvəsləndirə bilərlər. Uşaqlara reaksiya valideynlərin problemidir, uşaqların deyil.

Şübhə yox ki, yeniyetmələr hər gün artmaqda olan təhlükələrlə üzləşirlər: QİÇS, narkotiklər, təcavüz. Dövrümüzdə "Səhvlərindən dərs çıxar" qaydası səhvə yol verənlərə baha başa gəlir.

Bəzi valideynlərin gündəlik deyimləri belə səslənir: "Uşağıma nə olub, görəsən", "Nə üçün böyümürsən?" Yeniyetmələlik elə mərhələdir ki, həm valideynlər həm də uşaqlar münasibətləri dəyişirlər. Münasibətləri yaxşıya doğru dəyişmək öz əlimizdədir. Valideynlər uşaqlarına kömək təklif edib onları sakitləşdirdikdə, bu, yadda qalır və minnətdarlığa layiq olur.

Bəzi atalar heç cür qəbul edə bilmir ki, qızları böyüyüb müstəqil yaşayacaqlar. Qızları son dərəcə asılı böyüdüklərindən müstəqil şəkildə qərar qəbul etməyi bacarmırlar. Məsələn, sürücülük vəsiqəsini yeniləmək, maşın sığortası sənədlərini doldurmaq, bankda hesab açmaq və s. Valideynlər bütün bunları nəzərə almalıdırlar: hələ uşaq ikən qıza müəyyən qədər sərbəstlik verilməlidir. Rəfiqəsinin evində gecələməyə, etibarlı şəxsin nəzarətində yay düşərgəsinə getməyə icazə vermək yaxşı başlanğıcdır.

Sərbəstliyə verilən tərifdən biri:
Sərbəstlik uşağa valideyninin yaratdığı seçim və alternativlərdir.

Bir çox valideyn başa düşür ki, uşaqlarına onların hərəkətləri haqqında az göstəriş vermək lazımdır. Böyüklər qəbul etməlidirlər ki, uşaqlar onları özlərinin "menecer"i kimi görmək istəmirlər. Odur ki valideyn "məsləhətçi" rolunu oynamalıdır. "Məsləhətçi" uşaqlara tövsiyə və məsləhətləri ilə kömək etsə də, qərarların qəbuluna qarışmır. Valideynlər yeniyetmə övladlarına hər şeydə nəzarət etmək istəsələr, sonsuz "savaşlar" başlanacaqdır.

Yeniyetmələr çox vaxt valideynlərindən xahiş edirlər ki, onları sakit buraxsınlar. Onların çoxu sonralar danışırdı ki, valideynlərinin onlara gizlicə göz qoyduğunu bilirdilər, amma buna baxmayaraq, özlərini rahat hiss edirdilər. Məsələn, Ximenes mafiyaların çox olduğu şəhərdə böyümüşdü. Valideynləri ona hansı isə bandaya qoşulmamaq barədə tez-tez xəbərdarlıq edirdilər. "Bilirdim ki, valideynlərim qayğıma qalırlar. Ona görə də mafiyanın yaratdığı "ailə" sisteminə ehtiyacım yox idi. Valideynlərim mənə müstəqil düşünməyi və kiminsə arxasınca kor-koranə getməməyi öyrətmişdilər".

Uşaqlara inam + valideynlərin köməyi = sərbəst yaşama və məsuliyyət

Tərbiyə tərzinin təsiri: avtoritet (nüfuz) gücə qarşı

Bundan əvvəl qeyd etmişdik ki, valideyn nüfuzuna əsaslanan tərbiyə özünəinam əmələ gətirir, gücdən istifadəni əsas götürən tərbiyə isə valideyndən asılılıq yaradır. Böyüklərin vaxtaşırı olaraq qərar qəbul etməkdə çətinlik çəkmələrinə baxmayaraq, bəziləri üçün bu, ciddi problem hesab olunur. Qərar qəbul etmək: məsələn, şam etməyə haraya getmək, nələri almaq, uşağı hansı bölməyə qoymaq onlar üçün həngaməyə çevrilir. Bəzi insanlar isə başqalarının qərar verməsini gözləyir, özləri "tərpənmirlər".

Güc tətbiqi ilə tərbiyə olunan uşaqlarda adətən iki növ qorxu meydana gəlir. Birincisi – müvəffəqiyyətsizlik qorxusudur. Yeniyetmələr qərar qəbul etmədə ona görə çətinlik çəkirlər ki, uşaqlıqda qərar qəbul etməyiblər: onların yerinə kimsə həmişə qərar qəbul edib, onları həmişə riskdən, uğursuzluqdan qorumaq istəyiblər, ya da onların yerinə onların iştirakı olmadan qərar çıxarıblar. Güc modeli əsasında tərbiyə almış uşaqlar deyirlər: "Əgər mənim yerimə iş görən varsa, niyə riskə gedim ki?!" Belə uşaqların düşünmək və qərar qəbul etmək bacarığı az olur; onlar müvəffəqiyyətsizlikdən "sığortalandıqları" üçün uğurlu qərar qəbul etmək həzzindən məhrum olurlar.

İkinci qorxu – inkar qorxusudur. Başqalarından asılı ruhda tərbiyə olunan uşaqlar həmişə valideynlərinin təsdiqi və qərarlarına möhtacdırlar, nəticədə özünüqiymətləndirmə səviyyəsi aşağı düşür. Özlərinə inamı az olan insanlar ömürləri boyu başqalarının dediyi ilə gedirlər. Onların mövqeyi belədir: "Əgər yanlış qərar narazılıq və rədd olunma ilə nəticələnəcəksə, ən yaxşısı, heç nə etməyim".

Nüfuza əsaslanan tərbiyə üsulundan istifadə edən valideynlər övladlarına uğursuzluq və mənfi fikirləri cəsarətlə qarşılamağı öyrədirlər; onlar uşaqlarını qərar vermək üçün zəruri sayılan öyrənilmiş risk-

lərə getməyə təşviq edirlər. Özünəinam aşılamaqla valideynlər uşaqlara həm də uduzmaq şansı verir, oxumaq və müvəffəqiyyət qazanmaq imkanı yaradırlar. "Mənə uğur göstər, sənə müvəffəqiyyətsizlik göstərim" sözü o deməkdir ki, bir çox uğur uğursuzluğun nəticəsidir. Uşaqlar müvəffəqiyyətsizlikdən çox şey öyrənə bilərlər. Bunun üçün onlar gələcəkdə bir daha təkrarlanmasın deyə harada səhv etdiklərini araşdırmalı, yenidən cəhd göstərməlidirlər.

Kifayət qədər məsuliyyətli və sərbəst olan yeniyetmələr, çətin ki, ağılsızcasına riskə getsinlər.

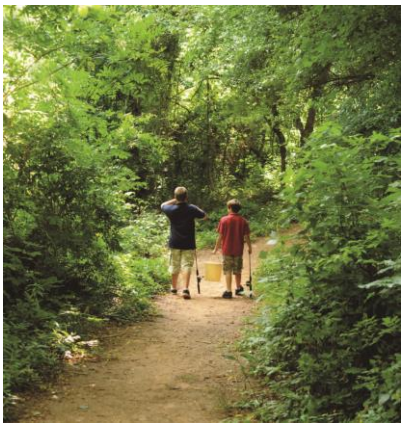
Müəyyən normalar qoyun, amma uyuşqanlıqla qərarsızlığı bir-biri ilə səhv salmayın. Qərarlılıq əmin-amanlıq doğurur. Qabaqcanı görə bilmək, səbəb və nəticəni başa düşmək tərbiyədə nəzərə alınacaq məsələlərdir. Uyuşqan olmaq çox mühümdür, amma yeri gəldikcə sərtlik göstərmək lazımdır. Uyuşqanlıq nüfuz tərbiyəsinin bir əlamətidir; o, yeni məlumatlar əsasında qərarları yenidən qiymətləndirdikdə özünü göstərir. Nüfuzlu valideynlərin göstərişləri və qoyduqları qaydalar əsaslı səbəb olduqda bəzən dəyişilə bilir.

Sərtlik hətta şərait imkan verdikdə vəziyyəti dəyişdirməkdən imtina etməkdir. Güc modelindən istifadə edən valideynin uşaqlara ötürdüyü mesaj belədir: "Çünki mən belə istəyirəm", "Çünki mən sənin atanam", "Dediyimi et". Belə valideynlər heç bir izahat vermirlər. Nəticədə uşaqlar elə tərzdə tərbiyə olunurlar ki, düşünmədən hərəkət edir, şəxsi maraqları barədə düşünmürlər. Beləliklə, onlar müvəffəqiyyətsizliklə baş etməyi öyrənmir, aradan qaldıra bilmədikləri çoxlu səhvlərə yol verirlər. Bütün bunların nəticəsi – ümidsizlik, özünü alçaltma və özünü qiymətləndirməməkdir.

Güc tərbiyəsinin digər acınacaqlı nəticəsi budur ki, bəzi uşaqlar yuxarıda göstərilənlərin əksinə gedir, zəif xarakterli insan kimi böyüyürlər. Nəticədə başqaları onları idarə etməyə başlayır. Bu vəziyyət evlilikdə də özünü göstərir. Evlənmək istəyən şəxs eləsini axtarır ki, ona ağalıq edə bilsin, o da buna razılaş-

sın. Bu da öz növbəsində çarəsizlik və ümidsizliklə müşayiət olunan qorxunc münasibətlərə səbəb olur.

Valideyn tərəfindən güc modelinə əsasən tərbiyə olunan uşaq gələcəkdə həyat yoldaşı ilə problemlər yaşaya bilir. O olduqca əsəbi və mübahisəyə meylli olur.



Uşaqlarda özünəinamı möhkəmləndirmə vərdişləri

Narkomaniya, zorakılıq və seks problemləri bəzən valideynləri o qədər qorxudur ki, onlar uşaqlarına etibar etmir, məsləhətçilərdən diktatorlara çevrilirlər (Faber və Mazlish, 1982).

Kaliforniyada boya-başa çatmış 20 yaşlı Liz deyir ki, valideynləri onunla narkotiklər və seks haqqında açıq söhbət etdikdə xoşuna gəlir. Onun valideynləri başa düşürlər ki, müasir uşaqlar əvvəllər olmayan yeni şeylər dünyasında yaşayırlar. Bununla yanaşı, onlar uşaqlarına bərk-bərk tapşırırlar ki, nikahdankənar cinsi əlaqə (seks) və narkotik maddələrdən uzaq dursunlar. Liz söhbətində göstərmişdi ki, bəzi məktəbli qız yoldaşlarının valideynləri onlarla narkotik maddələr və alkoqollu içkilər mövzusu haqqında heç danışmır, belə söhbətləri onlara qadağan edirlər. Bununla yanaşı, həmin qızlar valideynləri yanlarında olmayanda

İnsanlara, o cümlədən uşaqlara asılı olduqları nümayiş etdirildikdə onlar acizlik, fərasətsizlik, rəddedilmişlik və qəzəb hiss edirlər. Bu, valideynləri dilemma qarşısında qoyur: bir tərəfdən, uşaqlar təcrübəsiz olduqlarından bütövlükdə bizdən asılıdırlar; bizdə onlara öyrədəcək, göstərəcək, danışacaq, onlar üçün edəcək çox şey vardır; digər tərəfdən, onların asılılığı ədavət doğura bilər. Xoşbəxtlikdən, uşaqlarda özünəinam hissini ilhamlandıran imkanlar çoxdur.

həmişə alkoqollu içkilər içirlər.

Uşaqları öz problemlərini həll etməyə həvəsləndirmək onların əvəzinə qərar verməkdən daha müdrik davranışdır. Ata və ana nə qədər təcrübəli olursa-olsunlar, mühüm olanı – uşaqlara sərbəst düşünmək və qərar çıxarmağı öyrətməkdir. Kifayət qədər məsuliyyətli olub özünə güvənən uşaqlar riskli işlərə az baş qoşurlar.

Uşaqlara özlərinə gü-vənməyə kömək edəcək bəzi vərdişlər aşağıda göstərilmişdir (Faber və Mazlish, 1982):

– Valideyn uşağın hisslərinə qulaq verdikdə, öz fikrini onunla bölüşdükdə, problemi onunla birgə həll etdikdə uşağın özünəinam hissini möhkəmlətmiş olur. Bir ana deyirdi: "Hələ də nənəmin qonşu qadın haqqında heyranlıqla dediyi sözləri xatırlayıram: "O, yaxşı anadır, uşağı üçün hər şeyi edir". Bir çox

insan elə zənn edir ki, yaxşı ana övladı üçün hər şeyi edən anadır. İfrat nəzarət boş şeylər üstündə mübahisələrlə, istəklərin toqquşması və ümidsizliklə nəticələnir.

– Valideyn öz vəzifələrinin müəyyən hissəsini tədricən uşağa ötürməlidir, əks halda, uşaq özü onları alacaqdır. Böyüklər görəndə ki, evdə hüquqlar uğrunda mübarizəyə cəlb olunurlar, özlərindən soruşmalıdırlar: "Burada mənim seçimim vardırmı? Mənmi nəzarət etməliyəm? Uşağa bu işi tapşıra bilərəmmi?"

– Yaxşı olar ki, valideynlər vaxtaşırı olaraq özlərinə aşağıdakı sualları versinlər: "Nə deyib, nə edirəm ki, uşaqlar məndən asılı olurlar? Necə edim ki, bu baş verməsin? Nə edə və deyə bilərəm ki, uşaqları özlərinə inanmağa həvəsləndirim?"

Uşaqları istənilən məyusluq və ümidsizlikdən qorumağa çalışmaq onları düşünmək, istəmək və nailiyyət qazanmaqdan məhrum etməkdir.

Bir ana danışırdı: "Həmişə üç oğluma lazım olduğum üçün özümdə məmnunluq hiss edirdim. Bir dəfə məni qarışıq hisslər bürüdü: kəşf etmişdim ki, səhərlər onları yuxudan zəngli saat da oyada bilər; oxumağı öyrəndikləri üçün onlara axşamlar hekayə mütaliə etməyimə ehtiyac qalmayıb. Məhz mənim təzadlı emosiyalarım uşaq bağçasında tərbiyəçi qadının danışdığı əhvalatı başa düşməyimə kömək olmuşdu. Cavan bir ananı çətinliklə razı sala bilmişdilər ki, oğlunun məşğələlərində oturmasın və narahat da olmasın: oğlunun vəziyyəti yaxşı olacaqdır. Anası getdikdən beş dəqiqə sonra uşaq xahiş etdi ki, onu tualetə aparsınlar. Tərbiyəçi təklif etdi ki, özü getsin. Amma uşaq kədərli şəkildə mızıldadı: "Anam olmadan bacarmıram. Mən ... bitirdikdə məni həmişə alqışlayır". Tərbiyəçi dedi: "Sən tualetə gedə və işini bitirdikdən sonra özün-özünü alqışlaya bilərsən". Uşaq çaşıb qaldı, amma tərbiyəçi onu tualetə apardı və bayırda gözlədi. Bir dəqiqə sonra içəridən alqış səsi eşidildi.

Həmin gün ana tərbiyəçiyə zəng edib bildirdi ki, oğlu evə gəldikdə deyib: “Ana, mən özüm-özümü alqışlaya bilirəm. Sən mənə tualetdə artıq lazım deyilsən”. “Siz inanmazsınız, – tərbiyəçi dəhşətə gəlmişdi, – ana deyirdi ki, bu onu bərk qəzəbləndirib, onda məyusluq yaradıb”.

Uşaqlara seçim etməyə imkan verin

Uşağınızdan soruşun ki, dolu, yoxsa yarım stəkan süd istəyir, ağ, yoxsa qara çörəkdən suxarı yeyəcək. Hər bir seçim ona öz həyatına nəzarət etmək imkanı verir. Əgər uşağa seçmək imkanı verilməzsə, tərs və sözə baxmayan olacaqdır. Çünki o həmişə əmrlər alır:
Dərmanını iç!
Stolu döyəcləmə!
Elə indicə yatağa get!
Əgər biz ona seçim imkanı versək, bu onu sözəbaxan edə bilər. Məsələn:
Bilirəm ki, həblər acıdır. Bəlkə, sənə alma və ya portağal şirəsi süzüm?
Stolu döyəcləmək məni bərk qıcıqlandırır. Ya döyəcləməyi kəsib burda qal, ya da otağına gedib oradakı stolu döyəclə. Qərar sənindir.
İndi ata və ana söhbət etməlidir. Sənin yatağa gedən saatındır. İndi yatmaq, yoxsa yataqda oynamaq və bitirdikdən sonra bizi çağırmaq istəyirsən?

Yatmaq saatı çatmış uşaq dincəlməli olduğuna çətin qane olan yeganə varlıqdır (Brown 1994).

Valideynlərin uşağın əvəzinə seçim etməsi onun şəxsi seçim hüququnun olmamağı deməkdir, uşağı nəzarətdə saxlamaq vasitəsidir. Bundan çıxış yolu – uşağa hər kəsi razı salacaq seçimlər təklif etməkdir. Bir ata deyirdi: “Mən və yoldaşım küçəni keçmək üzrəydik. Bizimlə birlikdə üç yaşlı oğlumuz Hani və arabada körpəmiz vardı. Əlindən tutmaq Haninin xoşuna gəlmir, odur ki küçənin ortasında tez-tez dartınır. Küçəni keçməzdən əvvəl Haniyə təklif etdim: “Hani, sən mənim, yaxud ananın əlindən tuta bilərsən. Və ya sənin başqa təklifin var?” O fikirləşdikdən

sonra dedi: "Mən arabadan tutacağam". Onun seçimi bizi qane etdi".

Uşağın cəhdlərinə hörmətlə yanaşın

Uşaqları nəyisə etməyə həvəsləndirdikdə "Bunu et, bu ki asandır" – demək heç də həmişə kömək etmir. Çünki onlar asan bir işdə uğur qazandıqda hiss edirlər ki, adi iş görüblər; yox, qazanmasalar, xəcalət çəkirlər ki, bəsit tapşırığı yerinə yetirə bilməyiblər.

Amma bunun əvəzinə onlara deyilsə ki: "Bəlkə, bunu edəsən? Amma heç də asan iş deyil" və ya "Oy-oy, bu, deyəsən, çətin görünür", bunun onlara ötürdüyü mesaj tam fərqli olacaqdır: əgər həmin işi görə bilsələr, sevinib fəxr edəcəklər ki, çətin işin öhdəsindən gəliblər; yox, bilməsələr, narahat olmayacaqlar, çünki iş asan deyildi.

Bəziləri belə hesab edir ki, uşağa "bu çətindir" – demək yanlışdır. Amma onlar verilən tapşırığa təcrübəsi olmayan uşağın gözü ilə baxsalar, başa düşəcəklər ki, uşaq nəyi isə birinci dəfə etdikdə həmin şey, doğrudan da, çətin olur. Uşağa belə deməyin: "Bu sənin üçün çətin ola bilər". Uşaq fikirləşə bilər ki, nə üçün başqaları deyil, məhz onun üçün həmin iş çətindir.

Bəzi valideynlər üçün uşaqlarının hansı isə bir işi hıqqana-hıqqana görməsinə kənardan tamaşa etmək çox çətindir. Hər bir halda, nəyisə uşağın əvəzinə görməkdənsə, ona faydalı məsləhətlər vermək daha yaxşıdır: "Əgər şalvarının zəncirbəndi yuxarıya çəkilmirsə, bəzən onu aşağıya bir az dartmaq, daha sonra yuxarıya çəkmək işə yarayır", "Görsən ki, qapını açarla aça bilmirsən, bəzən açarı axıra qədər burub yenidən açmağa cəhd göstərmək işə yarayır" və s. "Bəzən işə yarayır" ifadəsi çox mühümdür. Çünki əgər birinci dəfə "alınmadıqda" uşaq rahat olur ki, problem onda yox, zəncirbənd və qapıdadır.

Hədsiz çox sual verməyin

"Hara getmişdin? ...Küçəyə", "Orada nə edirdin?

...Heç nə". Uşaqlar cavablandırmağa hazır olmadıqda və ya müəyyən səbəblərdən cavab vermək istəmədiklərində, ya da onlar üçün maraqlı deyilsə, cavabdan yayınmaq üçün müdafiə taktikasına əl atırlar. Bu o mənaya gəlmir ki, valideyn heç vaxt sual soruşmamalıdır; sadəcə, onlar mümkün cavab qarşısında həssas və diqqətli olmalı, ya da verdikləri sualın uşağa təsirini nəzərə almalıdırlar.

Uşaqları bərk əsəbiləşdirən suallardan biri budur: "Bu gün vaxtını şən keçirdinmi?" Bu, düşünülməmiş sualdır. Çünki uşaq düşünür ki, o, təkcə məktəbə, oyuna, mağazaya getməməlidir, həm də ondan əylənmək tələb olunur! Əgər vaxtını şən keçirməyibsə, ya bunun səbəbini valideynə təfərrüatı ilə danışmalı, ya da yalana əl atmalıdır.

Suallara cavab verməyə tələsməyin

Böyüməkdə olan uşaqlar heyrətamiz dərəcədə çox sual verirlər: "Göy qurşağı nədir", "Nə üçün uşaq gəldiyi yerə qayıda bilmir", "Nə üçün məktəbə getmək lazımdır?" Bu vaxt valideyn özünü sorğu-sualda imiş kimi hiss edir, uyğun cavablar axtarır.

Adətən uşaqların cavablar haqqında ümumi məlumatları olur; onlar, sadəcə olaraq, əlavə biliklər qazanmaq, dünyagörüşlərini inkişaf etdirmək istəyirlər. Əgər verilən sual uşağı hey düşündürürsə, valideynin "doğru" cavabı sonraya saxlamaq imkanı vardır. Dərhal cavab vermək problemi həll etmir; bu o deməkdir ki, valideyn məsələni uşağın əvəzinə həll edir. Yaxşı olar ki, eyni sualla uşağın özünə müraciət olunsun. Məqsəd daha çox araşdırmaqdır. Bu vaxt siz uşağa, sanki, belə deyirsiniz: "Bəs sənin fikrin nədir?"

Siz verilən sualı tərifləyə də bilərsiniz: "Sən filosofları əsrlər boyu düşündürən sualı verirsən".

Cavab verərkən tələsmək lazım deyil, çünki cavab tapmağın özü çox mühüm məsələdir.

Uşaqlarınızı evdənkənar mənbələrdən istifadəyə həvəsləndirin

Uşağın ailədən asılılığını azaltmağın üsullarından biri ona evdən kənarda geniş dün-

yanın olduğunu başa salmaqdır. Uşağa demək lazımdır ki, dünya öyrənilməsi zəruri olan zəngin informasiya resurslarına sahibdir. Dünya yad yer deyil, onunla qaynayıb-qarışdıqda insana kömək edir.

Ətraf aləmlə ünsiyyətdə olmağın uşaqlara səmərəsi çoxdur. Bu, valideynləri sutkalıq məsuliyyətdən azad edir. Məsələn, uşaq bağçasında tərbiyəçi uşağa başa salır ki, müəyyən yemək vərdişləri piylənmə yarada bilər; ayaqqabı satıcısı uşağa izah edə bilər ki, yüngül idman ayaqqabısını uzun müddət geymək pəncələrin formasını dəyişir; kitabxana işçisi müəyyən mövzunu araşdıran balacaya yol göstərə bilər; diş həkimi ona izah edəcəkdir ki, təmizləmədikdə və ya çoxlu konfet yedikdə dişlər xarab olur. Bütün bu "xarici" resurslar valideynlərin işini asanlaşdırır, onları əlavə öyrənmək zəhmətindən xilas edir.

Ümidlərini əllərindən almayın

Həyatda bir çox ləzzət, bir çox həzz arzularda, fantaziyalarda, ümid və planlamalarda gizlənir. Uşağı istənilən müvəffəqiyyətsizlikdən qorumağa çalışmaq onu mühüm və xoş təcrübələrdən məhrum etməkdir.

Valideynlərə tövsiyələr

İmkan verin, öz bədəninə sahib olsun

Valideyn davamlı şəkildə uşağın saçını qaydaya salmaq, kürəklərini qamətini düz tutsun deyə cütləmək, yaxalığını düzəltmək vərdişindən əl çəkməlidir. Uşaqlar bütün bunları onların şəxsi həyatlarına müdaxilə kimi qiymətləndirirlər.

Uşaqların yanında onlar haqqında danışmayın

Valideyn özünü uşağının yerində təsəvvür etməlidir. Təsəvvür edin ki, ana uşağı yanında ikən rəfiqəsinə deyir: "Birinci sinifdə onun oxu ilə əlaqəli problemləri vardı, indi isə bir qədər düzəlib" və ya: "Ona fikir verməyin, o bir az utancaqdır".

Uşaq eşidəndə ki, onu necə müzakirə edirlər, ümidsizliyə düşür. O görür ki, onunla ucuz əşya və mülkiyyət kimi rəftar edirlər.

Qoyun uşağınız özü cavab versin

Uşağın yanında tez-tez valideyndən soruşurlar: "O öz balaca qardaşını sevirmi", "O nə üçün oyuncaqla oynamır?" Uşaqdakı özünəinama olan ehtiram bu olardı ki, belə deyəsiniz: "Bunu onun özündən soruşun, o sizə deyəcəkdir, bunun cavabını ancaq o bilir".

Uşağın mümkün "hazırlığı"na hörmətlə yanaşın

Bəzən uşaq nəyisə etmək istəyir, amma buna mənəvi və fiziki cəhətdən hazır deyildir. Məsələn: balaca qız güvəcdən imtina edir, böyük qızlar kimi tualetdən istifadə etmək istəyir, amma bacarmır; balaca uşaq böyük qardaşı kimi çayda çimmək istəyir, amma sudan qorxur; balaca barmağını sormağı dayandırmaq istəyir, amma yorulduqda yenidən ləzzətlə əmir və s.

Məcbur etmək və ya utandırmaq əvəzinə, valideynlər uşaqlara olan inamlarını müsbət formada ifadə etməyi bacarmalıdırlar: "Tezliklə sən atan və anan kimi tualetdən istifadə etməyi bacaracaqsan"; "Hələlik çayın kənarında oyna, nə vaxt istəsən, suya girərsən"; "Qərar verdiyində barmağını sormağı dayandırarsan".

Davamlı şəkildə "yox" deməkdən çəkinin

Elə hallar baş verir ki, valideynlər uşaqların istəklərinə yox deməli olurlar. Amma bəzi uşaqlar bu "yox"ları onların müstəqilliyinə qəsd kimi qəbul edir, qışqırır, acıqlanır, oyuncaqları sındırır, ya da özlərinə qapanırlar. Onlar valideynlərini söz atəşinə tuturlar: "Nə üçün yox? Mən istəyirəm! Sən yaramazsan! Sənə nifrət edirəm!" Bu vəziyyət hətta ən səbirli böyüklər üçün dözülməz olur. Valideyn təslim olub hər şeyə "hə" deməlidirmi? Əlbəttə ki, yox. Xoşbəxtlikdən, valideynlərə qətiyyət bəxş edib, onları konfrontasiyadan çəkindirən faydalı alternativlər mövcuddur. Məsələn, "yox" demədən əsəbi uşaqların diqqətini başqa şeyə yönəldə bilərsiniz.

Uşaqla məsləhətləşin

Bir çox valideyn uşaqlarla birbaşa əlaqəli məsələləri onlarla məsləhətləşmirlər. Əgər siz imtahanı uğurla verəcəyi təqdirdə uşağı evdən kənarda şam yeməyi ilə mükafatlandırmaq istəyirsinizsə, restoranı seçməyi ona təklif edin, – bu ki onun bayramıdır, sizin deyil! Əgər siz balacanıza oyuncaq və ya stolüstü oyun almaq istəyirsinizsə, ondan necəsini istədiyini soruşun, əks halda, öz zövqünüzə uyğununu alacaqsınız; nəticədə oyunu valideynlər oynayır, uşaq isə darıxır, ya da ağlayır. Mühümdür ki, uşaqlar valideynlərin planlarına daxil edilsinlər. Uşaqla ortaq kimi davranmaq münasibətlərin yaxşılaşmasına kömək edəcəkdir.

Ömər ibn əl-Xəttab demişdir: "İlk yeddi ildə uşaqla oynayın, ikinci yeddi ildə ona təhsil verin, sonrakı yeddi ildə onu özünüzə yoldaş edin. Daha sonra sərbəst ola bilər".

"Ayrı-ayrı xarakterik xüsusiyyətləri müstəqil müsbət məziyyətlər adlandırmaq skeleti canlı bədəndən ayırmağa bənzəyir. Çünki əxlaq xarakterin bütünü ilə əlaqəli məsələdir. Bütöv xarakter insana bütün təzahürlərində uyğun gəlməlidir. Müsbət insan olmaq bir neçə məziyyətə sahib olmaq deyildir; bu, həyatın bütün sahələrində başqaları ilə ünsiyyət quraraq insanın olmağı bacardığı hər şeydir" (Con Devey).

Uşağımıza məsuliyyətli sərbəstliyi öyrədin

Nəzərdə tutduğumuz sərbəstlik məsuliyyət yükləyən, dəyərlərə əsaslanan, düzgün istiqamətləndirilən sərbəstlikdir. Valideynlər ləyaqət (fəzilət) və sərbəstlik aşılamalıdırlar ki, uşaqlar düzgün seçim etməyi bacarsın, həyatın bütün çətinliklərinə hazır olsunlar.

Məsləhət, yoxsa özünəinam?

Valideynlərə deyiləndə ki, məsləhət vermək uşağın sərbəst həyatına müdaxilədir, onların çoxunun əhvalı korlanır; düşünürlər ki, bu lap ağ oldu! Onlar öz valideynlik təcrübələrini və müdrikliyi bölüşməyi nə üçün bacarmadıqlarını anlaya bilmirlər.

Birinci misal

Bir ana deyir: "Nə üçün qızım problemləri olduqda mənim məsləhətlərimdən istifadə etmir? Qızım rəfiqəsinin buraxılış gecəsinə gedib-getməməkdə tərəddüd edirdi. Çünki bəzi qızlardan xoşu gəlmir, – onlar həmişə ya pıçıldaşır, ya da onun qarasınca danışırlar. Ona həmin qızların etdiklərinə fikir vermədən gecəyə getməsini söyləməkdə pis nə ola bilər ki? Çünki getməzsə, rəfiqəsi inciyəcəkdir".

Valideyn tez məsləhət verdikdə, uşaq ya özünü axmaq hiss edir ("Nə üçün bu mənim ağlıma gəlməyib?"), ya məsləhəti dərhal rədd edir ("Mənə necə yaşamağı öyrətməyin!"), ya da acıqlanır ("Necə yəni sən fikirləşirsən ki, mən bunu düşünmək bacarığında deyiləm?"). Uşaqlar nə etməli olduqlarını özləri qərar verdikdə, onlarda özünəinam və məsuliyyət hissi yaranır.

"Qızımın problemləri olduqda kənardan dayanıb baxmalıyammı? Heç nə etməməliyəmmi? Ona bir neçə dəfə demişəm: "Bu sənin problemindir, – özün həll et". O bundan bərk incimişdi". Valideynlər uşaqların problemlərinə laqeyd yanaşdıqda uşaqlar özlərini incimiş və qırılmış hiss edirlər. Amma valideyn elə edə bilər ki, nə laqeydlikdə, nə də məsləhət vermədə həddi aşsın. Məsələn:

– Valideyn uşağına qarışıq fikir və hissləri başa düşməyə kömək edə bilər: "Dediklərindən belə çıxır ki, sənin iki arqumentin var: sən gecəyə getmək istəyir, amma xoşlamadığın həmin qızlarla ünsiyyət qurmaq istəmirsən".

– O, problemi sual verməklə sadələşdirə bilər: "Yəni, sual yaranır: necə edim ki, həm gecəyə gedim, həm də həmin qızlarla ünsiyyətdən yayına bilim?" Bundan sonra valideyn susmalı, uşağa icazə verməlidir ki, qərar qəbul etsin.

– Valideyn uşağa lazımlı evdənkənar resurslarla kömək edə bilər: "Kitabxanamız elə bu günlərdə yeniyetmələrin müxtəlif sosial problemlərlə necə baş etməsinə dair yeni kitablar alıb. Həmin kitablarda yazılanlara baxmaq sənin üçün maraqlı olmazmı?"

"Fikirləşdim və qızımın ağlına gəlməyən bir həll yolu

tapdım. Bu barədə ona danışımmı?" Bəli, amma əvvəlcə ona həll yolu haqqında düşünmək imkanı ver. Tezliklə, qız valideynin ideyasına qulaq asacaq, onu qiymətləndirəcəkdir. Xüsusən o halda ki, bu ideyada qızın sərbəst həyatına ehtiram ifadə olunsun. Məsələn: "Necə fikirləşirsən: bəlkə, gecəyə filan komediya ustasının video kasetini aparasan? Qızların başı qarışar baxmağa, səni incitməzlər".

Təkliflərinizi "necə fikirləşirsən..." və ya "Səncə, necə olar..." sözləri ilə başlayın. Unutmayın ki, sizə görə məntiqli və ağlabatan görünən fikirlər, təkliflər uşaqlarınız üçün eyni cür olmaya bilir.

"Məsələn, mən əminəm ki, o, gecəyə gedəcəkdir. Mən bu barədə ona deməyib susmalıyammı?" Qız problemi qavrayıb dərk etdikdən sonra valideyninin məsləhətinə qulaq asmağı faydalı olacaqdır: "Mən şəxsən o cür qızlara görə bu gecəyə getməyi əldən verməzdim. Fikrimcə, hətta bir sıra atmacalara tuş gəlmək qaçılmaz olsa da, getmək və rəfiqəni küsdürməmək lazımdır".

Gənclər valideynlərinin qədrini bilməlidirlər. Hətta verilən məsləhəti qəbul etməsələr də, yaddan çıxarmamalıdırlar ki, valideynləri onlara düşünmək və dərs çıxarmaları üçün ideyalar ötürürlər.

İkinci misal

Bir ana demişdi: "Mən geyim üstündə həmişə qızımla münaqişə edirdim. İndi ona məktəbdən sonra istədiyini geyməyə icazə verirəm. Məktəbə getməsi üçün çarpayısının üstünə iki dəst paltar qoyuram, istədiyini seçir". Məktəbli formasının müsbət tərəflərindən biri budur ki, onda seçim yoxdur, deməli, nə geymək ətrafında mübahisə yaranmayacaqdır!

Üçüncü misal

Seminin anası deyir: "Sviter, yoxsa gödəkcə geyinmək ətrafında oğlumla hər gün etdiyim mübahisələrə, nəhayət ki, son qoydum. Ona dedim: "Semi, bundan sonra sənə nə geyəcəyin haqqında heç nə deməyəcəyəm. Özün qərar ver. Gəl razılaşıb plan hazırlayaq – hansı havada hansı paltarı geymək lazımdır". Birlikdə cədvəl hazırladıq:

Termometr alıb ağacdan asdıq. İndi o, hər gün səhər termometrə hansı paltarı geyinmək üçün baxır. Heç bir məsləhətə, mübahisəyə ehtiyac yoxdur. Özümü dahi hiss edirəm".

Dördüncü misal

Muna anasından soruşdu: "Nə üçün biz tətillərdə harasa: məsələn, Bermud adaları və ya Floridaya getmirik?" Cavab vermək istəyirdim ki, özümü saxladım. Muna mətbəxə yanıma gəlib dedi: "Səbəbini bilirəm... Çünki çox bahadır. Bəs, heç olmazsa, zooparka gedə bilmərik?"

Temperatur	Müvafiq geyim
20 selsi və yuxarı	svitersiz
10-20 selsi	sviter
9 selsidən aşağı	gödəkcə

Qızınızı hicab geyinməyə məcbur edirsinizmi?

Valideynlərim məni hansı isə bir iş görməyə məcbur etmirdilər. Elə bir şey yox idi ki, mənə seçim imkanı verməsinlər. Mən başımı bağlamaq istədiyimi anama bildirdikdə mənə: "Bəli, bunu etməlisən. Bu sənin dininin əmridir", – deməmişdi. O izah etmişdi ki, nə üçün hicab geyinirik və hicab geyinmək bəzən rahat olmur, sviter və ya "cins"də olduğu kimi hava ilə əlaqəli deyil. "Xeyr, sən enli və havanı asanlıqla özündən keçirən şalvar, yüngül düyməli kofta geyinə bilərsən. Rəfiqələrin səndən nə üçün hicab geyindiyini soruşsalar, onlara belə deyə bilərsən: "Bu cür geyinmək xoşuma gəlir. Dinim, yaxud valideynlərim deyir deyə geyinmirəm". Mən də nə üçün həmişə başımı örtdüyümü onlara izah etdikdə bəzi qızlar mənə dedilər: "Biz də bu cür geyinmək istəyirik".

Valideynlərimlə mənə çox xoşdur. Amma bu o demək deyil ki, onlarsız yaşaya bilmərəm. Hər dəfə müəyyən məsələni müzakirə etdikdən sonra onlara daha çox hörmət edirəm. Ailəmi sevirəm və onlara daxilimdə olanları açıb danışa bildiyim üçün xoşbəxtəm. Bacımla sıx əlaqəm var. Amma ailəmizin ən yaxşı cəhəti budur ki, bacım məndən yaşca böyük olsa da, hər kəsə bərabər münasibət bəslənilir.

(Beshir and Rida, 1998)

Əgər uşağın dostlarından valideynin xoşu gəlmirsə

Valideynlər istəyir ki, uşaqları tərbiyəli, dürüst, ağıllı olsunlar, siqaret çəkməsinlər, narkotik maddə qəbul etməsinlər. Valideyn həm uşağını qorumaq, həm də onu sərbəst ruhda böyütmək istəyir. Valideynləri narahat edən dostluq münasibətləri uzun çəkmir: çox vaxt uşaq anlayır ki, başlanğıcda heyran olduğu dostu, sən demə, elə deyilmiş. Belə arzuedilməz dostluğa icazə vermək onu dağıtmaqdan daha yaxşıdır. Çünki uşaq gec-tez həqiqəti görəcəkdir. Sual verməklə öyrənin görək mövcud dostluq uşağınızın hansı tələbatını ödəyir.

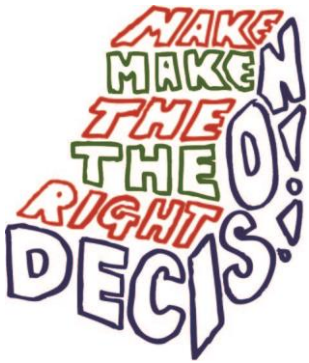
Onu da soruşun ki, dostunda nə oğlunuzun xoşuna gəlir.
Uşaqlara müxtəlif insanlarla ünsiyyət qurmağı öyrədin. Uşaq ziyankar və qanunazidd davranışlara yol verən həmyaşıdları ilə oturub-durduqda belə dostluq qorxulu və təhlükəli olur. Valideyn davranışları sosial çərçivədən kənara çıxan şəxslərlə uşağın dostluq etməsinə imkan verməməlidir.
Valideyn qayğısı və etibarı, dəstək və təmkini uşaqlara öz sosial münasibətlərini yaxşılaşdırmağa kömək olur. İnsanlarla qaynayıb-qarışmaq, davranışlarına görə özlərini yaxşı və məsuliyyətli hiss etmək üçün uşaqların köməyə ehtiyacı vardır.

Qərar vermədə uşaqlarınıza kömək edin

Valideynlər uşaqları aşağıdakı formada sərbəst ruhda böyüdə bilərlər:

– Uşaqlarınıza qərar qəbul etmək imkanı yaradın (ailəliklə istirahət yerini seçmək, ev işlərini bölüşdürmək və s.).

– Uşaqlara öz imkanlarından necə istifadə etməyi, lazımi məlumatı toplamağı, mümkün nəticələri təxmin etməyi öyrədin (Məsələn, hansı paltarı seçib geymək və s.).



– Uşaqlarınıza öyrədin ki, verdikləri qərarların həm özlərinə, həm də başqalarına təsiri ola bilər. Misal üçün siqaret çəkməni götürək; yeniyetmələr böyük kimi göründüklərini zənn edərək siqaret çəkir, amma onun mənfi təsirlərini: sarı dişləri, ağızdan gələn pis qoxunu, xərçəng və ürək-damara xəstəlikərinə tutulma riskini yaddan çıxarırlar. Tütün becərmək dağıdıcıdır: bu bitki torpağı qidalı maddələrdən "təmizləyir"; bununla yanaşı, tütün becərilmiş torpaq sahələrində insanlara faydalı olan şeyləri əkmək mümkündür.

– Uşağınıza öyrədin ki, zəruri hallarda qərar qəbul etməmək bəzən səhv qərar qəbul etmək kimidir.

– Valideynlər uşaqlarının verdikləri qərarlarla imkan daxilində razılaşmalıdırlar. Heç bir qərar ideal deyildir, odur ki valideyn uşağın qərarlarına dəstək verməli, onda düzgün qərar qəbul etmək bacarığını inkişaf etdirməlidir.

– Yadda saxlayın ki, uşaqların verdiyi qərarlar onların zövqləri və ehtiyaclarına uyğundur, odur ki böyüklərin qərarları ilə üst-üstə düşməyə bilər.

– Qərar vermədə qaydalar və üsullar olmalıdır. Uşağınıza başa salın ki, zərər gətirə biləcək qərarların qəbulu yolverilməzdir.

Qərar qəbul etmək üçün atılan addımlar

Qərar qəbul edə bilmək bacarığı özünəinamı möhkəmləndirir. Şəxsi həyatda müəyyən qədər sərbəst olmağa icazə verilmiş uşaq üzərinə məsuliyyət götürməyə hazır olur, xoşbəxt böyük olmağı bacarır. Müstəqil ruhda böyüyən uşaqlar aşağıdakı mərhələlərdən keçə bilərlər:

– qərar qəbul etməyin vacibliyini dərk etmək
– qərar qəbul etmək üçün lazım olan informasiyanı toplamaq
– alternativ həll yolları fikirləşmək
– qərarın mümkün nəticələrini götür-qoy etmək
– etdiyi seçimlərin sahib olduğu dəyər və məqsədlərə müvafiqliyini yoxlamaq
– qərar qəbul etməyə mane yaradan kənar səbəbləri (həmyaşıdların təzyiqi, artıq böyüdüyünü isbatlamaq istəyi, asi təbiətli olmaq) müəyyənləşdirmək
– qərarı yerinə yetirmək

Tapşırıqlar

LIX tapşırıq. Valideynlərin "dominantlıq əmsalı"
Valideynlərinin yanında uşağa istənilən mövzuda 10 sadə sual verin. Baxın görün uşaq özü cavab verir, yoxsa valideynləri müdaxilə edib onun yerinə cavabları söyləyirlər. Verilən cavabların sayı valideynlərin "dominantlıq əmsalı"nı müəyyənləşdirir. Uşaq çətin suala cavab vermək üçün dəridən-qabıqdan çıxdıqda görün valideyn narahat və ya gərgin olmur ki.
Valideyn uşaqlarını sərbəst ruhda böyütmək istəyirsə, "müdir" rolunu "köməkçi-məsləhətçi" rolu ilə əvəzləməlidir.

LX tapşırıq. Uşağa ailə dəyərlərini izah edin
Uşağı "kopiya"nız olsun deyə istədiyiniz peşəni seçməyə məcbur etməyin. Uşaqlarınıza təmiz əqidə, əxlaq dəyərləri öyrədin, geniş dünyagörüşü aşılayın. Həmçinin onlara insanları, heyvanları, bitkilər və ətraf mühiti sevməyi öyrədin.
İndiki uşaqlar məqsədlərinə çatmaq üçün müxtəlif yaradıcı üsullarla valideynlərini təəccübləndirirlər.
Bu mövzuları ailənizlə müzakirə edin və uşaqdan həmin dəyərləri necə tətbiq edəcəyini soruşun.

LXI tapşırıq. Kömək edən, yoxsa zəhlətökən valideynsiniz?
Yeniyetməliyə qədəm basır, evlənir, uşaqlar dünyaya gətiririk. 20 il sonra uşaqlar "yuva"nı tərk edib universitetə gedirlər.
Gələcək general Mak-Artur və prezident Ruzveltin anaları onlar universitetə qəbul olduqlarında universitetə yaxın ərazidə ev kirayə tutmuşdular ki, uşaqlarına yaxın olsunlar. İstədikləri vaxt uşağın vəziyyətini xəbər almaq üçün onların dövründə mobil telefon və ya elektron poçt yox idi.

Bir çox valideyn təsdiqləyir ki, uşaqların qoyduqları "sərhəd"lərə hörmət edir, onların həyatına müdaxilə etmirlər. Uşağa münasibətdə davranışlarının doğru olub-olmadığını müəyyən etmək üçün valideyn özünə aşağıdakı sualları verə bilər:

– Universitetdə oxuyarkən uşaqlarınızla neçə dəfə əlaqə saxlayırdınız: gündəlikmi, həftəlikmi, aylıqmı?

– Uşağınızın müəllimləri ilə əlaqə saxlayırdınızmı?

– Çətinlik çəkdikdə uşağınıza dərslərini hazırlamağa kömək edirdinizmi?

– Uşağınızın yanına getdikdə ev işlərində ona kömək etmişdinizmi (otağı yığışdırmaq, silmək, zibili atmaq)?

– Oğlunuzun yataqxanada, yaxud qaldığı evdə otaq yoldaşı ilə problemi yarandıqda müdaxilə etmişdinizmi?

Cavabları ailəliklə müzakirə edin. Ailəsindən kənarda yaşayan uşaqlarla (tələbələrlə...) necə rəftar edəcəyinizə dair bəzi məsləhətlər aşağıda göstərilmişdir:

– Qoyun uşaq özü sizə zəng etsin. Bu onda özünəinam yaradacaqdır.

– Qoyun uşağınız ev tapşırıqlarını özü etsin.

– Sizin tələbə övladınız qayğılarının dərdini özü çəkməyə qadirdir, deməli, ev işlərini özü görməlidir.

(Kantrowitz and Tyre, 2006).

İyirminci fəsil

Yaradıcı uşaqlar böyüdək

Giriş
Yaradıcı inkişafa dair məsləhətlər
Rədd edilmiş kəşflər
Yaradıcılıq həvəsini öldürmək necə də asandır
Yaradıcılığa əngəl yaradan mənfi yanaşmalar
Yaradıcılığı inkişaf etdirmə yolları
“Səmərəsiz” ideyalar
Valideynlər nə edə bilərlər?
Oyuncaqlar haqqında
Tapşırıqlar

Giriş

Yaradıcılıq özünüifadə formalarından biridir. Uşaqlar qınaqdan çəkinməyib özlərini açıq şəkildə ifadə etdikdə məmnunluq duyurlar. Nə isə orijinal şey yaratmaq bacarığı şəxsiyyətin mühüm tərəfini əmələ gətirir. Təcrübə və eksperiment uşaqlarda yaradıcılıq qabiliyyətini inkişaf etdirir. Yaradıcı uşaqlar öz hisslərini ifadə etməyi, istedadın inkişaf prosesində onları istiqamətləndirməyi bacarırlar. Yaradıcı uşaq yeni idrak üsulları və həll yollarından istifadə edir.

Yaradıcı şəxsiyyət həvəskardır, meydan oxumağı sevəndir, nikbindir, zəngin təxəyyülü vardır, tənqidə reaksiya verəndir. O, problemləri imkanlar kimi görür, tapşırıqları həll etmək üçün müxtəlif variantlar fikirləşir, asanlıqla təslim olmur, hey fəaliyyət göstərir. Bir çox insan həlli 10 dəqiqə tələb edən problemlərə 9 dəqiqə həsr etdikləri üçün müvəffəqiyyətsizliyə uğrayırlar.

Uşağın məsələni həll edib tapşırıqları yerinə yetirməsi üçün müəyyən qədər vaxt tələb olunur. Əgər o, həvəslə bir işə girişibsə, diqqətini yayındırmaq olmaz. Ona elə məkan lazımdır ki, tamamlamadığı işi sonradan başa çatdıra bilsin; onun ona yaradıcılıq bəxş edəcək yerdə olmağı lazımdır. Bu yer təbii şəkildə işıqlandırılmalı, daxili rəngləri həmahəng, stul və stol isə müvafiq hündürlükdə və rahat olmalıdır. Bu yer uşağın öz işinin nəticələrini görmələrinə imkan verən şəraitlə təmin olunmalıdır. Valideyn uşağın səhvlərini təbii qəbul etməli, onu yenidən cəhd göstərməyə həvəsləndirməli, ondakı nadir xüsusiyyətlərin inkişafına şərait yaratmalıdır. Qəbul etmək lazımdır ki, yaradıcı proses səsküylü olur, ardınca zibil və əşyaların qırıntılarını buraxır, özbaşınalıq özünü göstərir. Odur ki sərt nəzarət yoluna əl atmaqla baş verənləri məhdudlaşdırmaq olmaz.

Uşağın yaradıcı inkişafına valideynin təsiri böyükdür. Fərasət və problemləri həll etmək bacarığı orijinallıqla, zövqlə inkişaf etdirilə bilər. Balacalar üçün nəticə deyil, "görmə (qayırma, düzəltmə)" prosesi daha mühümdür. Öz düşüncənizə uyğun olaraq, uşağın fəaliyyətinə "Bu, şən idi" və "Sən bu işdə çox zəhmət çəkdin" – deməklə münasibət bildirməyin. Özünüzü onun yerində təsəvvür edin və düşünün ki, o bunu necə qəbul edərdi. Uşağın tapşırığın öhdəsindən düzgün və orijinal şəkildə necə gəldiyini şərh edin. Bir çox uşaq yaradıcı fəaliyyətə ona görə girişmir ki, onlardan müəy-yən "nəticə" gözləyirlər: o uşaq ki, məsələn: sərgidə iştirak etmək, konsertdə çıxış etmək üçün şəkil çəkməyə, model qurmağa, şer yazmağa başlayır, şövq və həvəsinin müəyyən hissəsini itirir.

Adi ev əşyalarından: qazanlar, rəngli bardaqlar, divan yastıqlarından yaradıcı işlərdə istifadə edilməsinə icazə verin və yaradıcı təşəbbüsləri qiymətləndirin. Məktəbəqədər olan uşaqlara bədii materiallar verin ki, erkən yaşlarda onlar üçün təşviqedici mühit formalaşsın. Mətbəxdə stolun altında bədii avadanlıqlarla dolu siyirtməyə göz yetirmək imkanı olan uşaqlar böyüdüklərinə yuxarıdakı siyirtmələrdə flomaster tapan uşaqlarla müqayisədə daha yaradıcı ola bilirlər.

Ailədə qoyduğunuz qaydaların yaradıcı fəaliyyət üçün çətinlik yaratmasına imkan verməyin. Elə edin ki, istənilən özünüifadə təşəbbüsü problemə çevrilməsin.

Öz-özünə yaranma – uşaq bacarığının rəhnidir. Uşaq böyüdükcə siz ondan daha çox səliqə və təmizlik gözləyə bilərsiniz.

Şübhə yoxdur ki, yaradıcı prosesə atılan hər bir uşaq təhlükəsizlik qaydalarını bilməli, başqalarının, məsələn, iş gününün sonunda dincəlmək istəyənlərin hüquqlarına hörmət etməlidir Kəşf və yaradıcılıqda doğru "çərçivə"lər olmazsa, xaos (özbaşınalıq) meydana gəlir.

Nizam-intizama riayət uşaq yaradıcılığı və fəaliyyətində nəzərə alınmalıdır. Amma ifrat dərəcədə nəzarət edilən uşaq öz yaradıcı impulsunu tərifləmək üçün sərf edir. O hiss etsə ki, onun "əhəmiyyət"i ancaq təmizlik və səliqə ilə şərtləşir, özünüifadə üçün enerji və cəsarəti azalır. İstənilən maraqla əlaqədar valideynin adəti "Ehtiyatlı ol və bunu təmizlə!" hay-küyü yaradıcılığın üstündən xətt çəkir.

Yaradıcı inkişafa dair məsləhətlər

– Uşaqlarınızın ideyalarına uyğunlaşın, onların ideyalarını öz ideyalarınıza uyğunlaşdırmayın. Onların qeyri-adi ideyalarını diqqətə alın, müzakirəyə çıxarın.

– Gündəlik problemlərin həlli üçün yaradıcı üsullardan istifadə edin. Uşaqlara səhv etməyə icazə verin, qoy onlar qorxmadan səhv etsinlər.

– Bütün mümkün ehtimalları yoxlamaq üçün uşaqlarınıza vaxt verin.

– Uşaqları qeyri-adi əşyaları eksperimentdən keçirməyə həvəsləndirin. Onların sual və izahlarına qulaq asın. Uşağın mülahizələrinə fikir bildirin, dediklərini təkrar edin, ona əlavə suallar verin, nə üçün bu cür fikirləşdiyini soruşun.

– Uşağınız üçün təşviqedici mühit yaradın. Onu müxtəlif materiallarla, alətlərlə, kitab və oyunlarla təmin edin, ona bütün bunlardan istifadə etmək imkanı yaradın.

– Uşağa mədəniyyətlərin, elmlərin, nöqteyi-nəzər və ideyaların müxtəlifliyindən, fərqli düşüncə tərzlərindən danışın. Ona deyin ki, bu və ya digər problemi həll etmək üçün müxtəlif üsul-

lar mövcuddur. Onu öz imkanı daxilində yeni bacarıqlar qazanmağa həvəsləndirin. Birlikdə uşaq muzeylərinə gedin.

– Öz şəxsi bədii, elmi və yaradıcı layihələrinizi uşaqlarınızla bölüşün. Yaradıcılığa həvəs yaradacaq layihələrə onları da ortaq edin.

– Uşağınızı başladığı layihələri başa çatdırmağa həvəsləndirin. Hər dəfə addım atması üçün ona ilham verin, şəxsi imkanları və zəif cəhətlərini başa düşməsinə kömək edin.

Yaradıcı şagirdlər: mürəkkəblik sadəliyə qarşı
Abituriyent nüfuzlu menecment institutuna imtahan verirdi. Ona deyirlər: “Biz sənə ya bir çətin, ya da on sadə sual verəcəyik. Hansını seçirsən?”
Oğlan dedi: “Çətinini”.
– Hansı birinci gəlir: gündüz, yoxsa gecə?
– Gündüz, cənab.
– Nə üçün?
– Bağışlayın, razılaşmışdıq ki, siz ancaq bir sual verəcəksiniz. Bu artıq ikinci sualdır.
Oğlanı instituta qəbul etdilər.
Texniki (əməli) bacarıqlar çətinliklərə qalib gəlmək məharətidir. Yaradıcı qabiliyyət isə sadəlik sənətidir!

– “Əcaib şeylər”ə qarşı dözümlü olun. Uşaqlara başa salın ki, birmənalı və doğru cavab tapmaq heç də həmişə mümkün olmur; tapşırığı həll edərkən qeyri-standart üsullara müraciət bəzən daha maraqlı olur.
– Uşaqlarda təxəyyülü inkişaf etdirin. Yaradıcılıq üçün qəribə, əcaib fikirlər lazımdır. Zehni tələtüm orijinal və maraqlı ideyalara həvəs yaradır.
– Səhvləri təkcə bağışlamayın, həm də alqışlayın. Müvəffəqiyyətsizlik heç də həmişə müsibət deyildir; o həm də oxuyub öyrənməyə – təhsilə səbəb olur, uğura aparır. Bir müdir yeni menecerinə demişdi: “Lazımi qədər səhv edəcəyindən əmin olmalısan”.
– Pis şeylərdə yaxşı şeylər axtarın. Göstərdikləri çıxış yolu uğursuz olduqda yaradıcı mütəfəkkirlər öz-özünə sual verirlər: “Bunda yaxşı nə tapmaq olar?”
Ən uğursuz ideyalarda da nə isə faydalı şey mövcuddur.

Pisdə yaxşını görmək bacarığı
Sinifdə geri qalanları yaxşı oxumağa necə ruhlandırmaq olar? Cavablardan biri belə səslənir: “Onları çubuqla döyün!” Bu, yaxşı çıxış yolu deyil; təkcə ona görə yox ki, qeyri-qanunidir. Biz bu üzdən onu bir kənaramı atmalıyıq? Nə üçün özümüzdən soruşmayaq: “Bunda nə yaxşı cəhət tapmaq olar?” Əslində bu “pedaqoji metod”da bir sıra yaxşı cəhətlər mövcuddur. Əvvəla, bu, sinifdən geri qalanlarla fərdi işləməkdir, ikincisi, digər şagirdləri daha yaxşı oxumağa təşviq edir, üçüncüsü, asandır, zəhmət tələb etmir.
İkinci sual: “Biz bu cür yaxşı cəhətləri olan başqa təsir üsulu tapa bilərikmi?”
Elə güman edirik ki, rədd edilmiş həll variantı birmənalı şəkildə pisdir. Müəyyən səbəbə görə qəbul edilməmiş həll variantında müsbət cəhətlər tapmaq lazımdır. Məsələn, asan və tez icra olunması, ucuz başa gəlməsi. Qəbul edilməmiş həll variantı başqa vəziyyətlərdə işə yaraya bilər. Rədd edilmiş həll variantının məqbul varianta çevrilməsi üçün bəzən ancaq bir parametri dəyişmək bəs edir.

Rədd edilmiş kəşflər

1. Yaradıcı insanlar həmişə yaxşılaşdırmaq, təkmilləşdirmək axtarışındadırlar. Məsələn, kərə yağının ilk əvəzediciləri inək (mal) piyi, süd və sudan ibarət idi. Bu əvəzedicilər ləzzətli və ekoloji cəhətdən təmiz olmadığı üçün geniş yayılmamışdı. XX əsrin əvvəlində təbii yağın qiyməti qalxdıqda qida sənayesi bitki yağlarının istifadəsinə başladı. Bununla da, bizə tanış marqarin yağları yarandı.

2. Yaratmaq üçün dahi olmağa ehtiyac yoxdur. Kosmos sənayesində işləyən alimlər ilk başda çəkisizlik şəraitində yazan qələm hazırlaya bilməmişdilər. Amma sonralar daha ucuz və sadə həll

variantı tapıldı: istifadəsi cazibə qüvvəsindən asılı olmayan adi karandaşa müraciət olundu.

3. Bəzən bir problem digər problemin həlli ola bilir.

Məsələn, yüksək yapışdırıcılığı ilə seçilən yapışqanlardan istifadə zamanı diqqətli olmaq lazımdır, əks halda, barmaqlar yapışqan sürtülmüş səthə yapışa bilər. Belə yapışqandan istifadə geniş vüsət almadı, amma bu çatışmazlıq digər vəziyyətlərdə kara gəldi. Belə ki Vyetnam müharibəsində sahə həkimləri yaraları birləşdirmək üçün tərkibində bu cür yapışqan olan preparatdan istifadə etməyə başladılar.

Yapışqan maddələri emalı ilə məşğul olan kimyaçılar yapışdırıcılığı az olan yapışqan formulunu qəbul etməmişdilər. Adi barmaq hərəkəti ilə qopan yapışqan kimə lazımdır? Amma bu formul keçən əsrin 80-ci illə-rindən etibarən bütün dünyada dəftərxanalarda geniş istifadə olunur.

Yaradıcılıq həvəsini öldürmək necə də asandır

Necə də qəribədir: həm yaradıcılığa əhəmiyyət verir, həm də uşaqlarda bu hissi asanlıqla öldürürük! Emabayl və Hennesi (1992) geniş yayılmış "yaradıcılıq qatilləri"ni müəyyənləşdirmişlər:

– İfrat dərəcədə nəzarət: əgər uşağı həmişə nəzarətdə saxlayıb ona himayə olunduğunu hiss etdirirsinizsə, onda yeni şeyləri sınaqdan keçirmək və riskə getmək marağını öldürəcəksiniz.

– Sərt qiymətləndirmə: əgər uşaqda tənqidə qarşı qorxu yaratsaq, yaradıcı aktivlik azalacaqdır.

– Tükənməz mükafatlar: həddindən artıq şirnikdirmə və mükafatlandırma uşaqları həqiqi yaradıcılıq ləzzətindən məhrum edir. İnsan etdiyi işə görə hədiyyə və ya mükafat gözləmədikdə daha yaradıcı olur, prosesdən daha çox həzz alır. Layihə başa çatdıqdan sonra gözlənilməz mükafatlandırma qiymətlidir, amma yaradıcılıq üçün zəruri deyildir. Gərəksiz kənar təş-viq (pul, imtiyaz) yaradıcılığı öldürür.

– Ekstremal yarış: uşaqları qeyri-obyektiv, ədalətli olmayan yarışlara daxil etmək stimul və yaradıcılığı məhv edir.

– Məhdud seçim: uşaqların məşğuliyyətini kənardan müəyyənləşdirmək, onlara öz həvəs və arzularının arxasınca getməyə icazə verməmək yaradıcılığı öldürən hərəkətlərdir.

– Təzyiq: məşğələlərdən böyük nəticələr gözləmək yaratmaq istəyinin azalmasına səbəb olur.

Yaradıcılığa əngəl yaradan mənfi yanaşmalar

Yaradıcılığa əngəl olan amillər çoxdur. Uşaq yaradıcılığını bloklayan bəzi ifadələr aşağıda göstərilmişdir:

– *"Bunu yerinə yetirmək mümkün deyil!"* Bu, döyüşmədən təslim olmağa oxşayır. Problemi həll edə bilməyəcəyini düşünən insan onun həlledilməzliyini möhkəmlətmiş olur. Təsəvvür edin ki, hər kəs sınaqdan keçirməmiş təslim olsaydı, insanlar heç vaxt uça,

xəstəliklərə qalib gələ, raketləri orbitə göndərə bilməzdilər. Yaxşı olar ki, aşağıdakı prinsip əsas götürülsün: "Qəliz olanı dərhal edirik. Qeyri-mümkünü etmək isə vaxt alacaqdır".

– *"Bu sənlik deyil!"* və ya: *"Sən heç nə bacarmırsan!"* Bəzi insanlar belə düşünürlər: "Bəlkə, problemi mütəxəssis həll etsin"; "Mən bunu edə bilmərəm, çünki mütəxəssis deyiləm". Əslində, sənayedə bir çox kəşfi tədqiqatçılar deyil, ayrı-ayrı fərdlər etmişlər. Müsbət əhval-ruhiyyə və yaxşı bacarıq istənilən problemi həll etməyə zəmanət verir. Problemi həll etməyi öhdəliyə götürmək onu həll etməyin açarıdır. Mümkündür ki, siz bir problemi bütövlükdə həll edə bilməyəsiniz, amma, məsələn, onu tərkib hissələrinə ayırıb, əksər hissəsinin öhdəsindən gələ bilərsiniz.

– *"Bu ki uşaqsayağıdır"*. Böyük və təcrübəli görünməyə cəhd göstərərkən sadəlik, sadəlövhlük və yüngüllüyü rədd edirik. Amma problemi həll etmək evliliyinizi qoruyub saxlayırsa, sizi vəzifədə irəliyə çəkirsə, dostunuzu intihardan çəkindirirsə, onda başqalarının sizin həll variantlarınızı "uşaqsayağı" adlandırmağının sizin üçün təfavütü varmı?

– *"Camaat nə deyər?"* Cəmiyyət insanı sakit və təbii olmağa çağırır. Amma hansı isə "norma"lardan uzaqlaşma olmasaydı, paradoksal həll yolları, mühüm kəşflər, nəhəng incəsənət əsərləri meydana çıxmazdı. "Toxunulmaz" şeylərə "müdaxilə" edilməsinə adi insanın necə əks-reaksiya verməsinə dair nümunə:

Yaradıcı insan: "Kəmşirin olsun deyə portağal şirəsinə bir az su qatmaq istəyirəm".

Adi insan: "Sən anormalsan. Xəbərin varmı?"

Yaradıcı insan: "Biz gecədən keçmiş yemək bişiririk".

Adi insan: "Sən dəlisən!"

Yaradıcı insan: "Nə üçün bir az sarımsaq və xardal əlavə etməyək?"

Adi insan: "Çünki reseptdə yazılmayıb".

– *"Bəlkə də, uğursuz olacaqsan"*. Təsəvvür edək ki, siz müvəffəqiyyətsizlik qorxularınıza riskə getmək istəyinizi idarə etməyə icazə vermişsiniz. Uğur qazanacağınıza əmin olmaqla siz ildə ancaq üç layihə həyata keçirirsiniz.

Uğur və uğursuzluq hesabı 3:0 olacaqdır. İndi isə təsəvvür edin ki, növbəti il uğursuzluq sizi narahat etməyəcək və siz 12 layihəyə cəhd göstərəcəksiniz. Yarı vəziyyətlərdə uduzsanız, hesab 6:6 olacaqdır. Keçmiş üç uğura qarşı altı uğur! İndi təsəvvür edin ki, 12 uğursuzluq sizə nələri öyrədə bilər!

Başqalarının masqaralarına fikir verməyib, yaşamaq üçün güc tapanlar mütərəqqi insanlardır. Səhvlər sevindirici deyil, amma, söz yox ki, insana nəyisə öyrədir.

Tomas Edison kəşf etdiyi lampaya uyğun tel tapmaq üçün təxminən iki min materialı, o cümlədən dostunun saqqal tükünü sınaqdan keçirmişdi. Mininci cəhddən sonra ondan etdiyi səhvlərə görə ümidsiz olub-olmamağı barədə soruşmuşdular. Demişdi: “Bu vaxt ərzində daha mühüm şey öyrənmişəm: işə yaramayan 1000 əşya var!”

Mütəxəssis olmayan dahilər

– İlk təyyarəni düzəltmiş Rayt qardaşları mühəndis-təyyarəçi deyildilər. Onlar velosiped mexanikləri idilər.

– Diyircəkli qələmi mühəndis-mexanik deyil, korrektor icad etmişdir.

– Sualtı qayıqların konstruksiyasında başlıca təkmilləşdirmə işləri ingiltərəli keşiş C.U. Garret və irlandiyalı müəllim Con Hollanda aiddir.

– Pambıqtəmizləyən maşın müəllim və vəkil Eli Uitni tərəfindən icad olunub.

– Odsöndürəni hərbiçi zabit Corc Manbi kəşf etmişdir.

– “Kodak Xrom” rəngli fotolentini iki musiqiçi icad etmişlər.

– Poladın fasiləsiz əridilmə üsulunu saatsaz kəşf etmişdir. Bu fikir onun ağlına latundan tökmələr edərkən gəlmişdir.

– Sabun düzəltmiş kimyaçılar sintetik təmizləyicilərdən imtina etmişdilər. Belə təmizləyiciləri ilk dəfə kimyaçı-rəngçilər icad etmişlər.

Yaradıcılığı inkişaf etdirmə yolları

Yaradıcı suallar

Uşağınıza mürəkkəb suallar verin. Bu suallara cavab tapmaq üçün bilik, məntiq və məkan zəkası tələb olunur.

– Hansı tapşırıq daha çox yaradıcılıq tələb edir: daha effektli və asan idarə olunan maşının layihəsini vermək, yoxsa imanla incəsənətin orijinal harmoniyasını özündə əks etdirən minarə inşa etmək?

– İnsanlar yeni ideyalar kəşf edirlər, yoxsa kəşf etdikləri əvvəllər kəşf edilmiş şeylərin təkrarıdır?

– Nə çətindir: yaradıcı layihəni başlamaq, yoxsa başa çatdırmaq? Nə üçün?

– Elmi və bədii yaradıcılıq arasında prinsipial fərq nədən ibarətdir?

Praktik məşğələlər

– Gününüzü əksinə keçirin: vərdiş etdiyiniz ritmi dəyişin, şam yeməyini səhərdən hazırlayın və sair.

– Kompüter və ya surətçıxarma qurğusundan istifadə etməklə kiçik obyektləri böyüdün, kollaj yaradın.

– Yeni stolüstü oyun fikirləşin: mövcud olanlardan – domino və nərddən istifadə edin, onları mürəkkəbləşdirin. Məsələn, bu məqsədlə iki oyun naborundan istifadə edə bilərsiniz.

– Əvvəllər istifadə etmədiyiniz ədviyyatlardan əlavə etməklə yeməklər bişirin. Qoy bu ədviyyatlar sizi mətbəx kəşflərinə aparıb çıxarsın.

– İnternet axtarış sistemlərində əvvəllər müraciət etdiyiniz keçidlərdən deyil, ilk axtarışda meydana gələn keçidlərdən istifadə edin. Maraqlı saytlar qarşınıza çıxacaqdır.

– Yaşamaq istədiyiniz ətraf mühit modeli haqqında fikirləşin. Əlaltında olan obyektlərdən və təbii materiallardan istifadə edin.

– Təsadüfi sözlərdən istifadə etməklə şer yazın.

Müxtəlif təcrübələr

– Məzuniyyətdə müxtəlif mədəniyyətləri, dinləri, irqləri öyrənmək üçün səfərə çıxın.

– Təsəvvür edin ki, başqa planetdəsiniz və Yer kürəsini tədqiq edirsiniz. Onu da təsəvvür edin ki, digər planetləri öyrənirsiniz. Təxəyyül və təsəvvür yaradıcılığı gücləndirir.

Zehni tələtüm (beyin fırtınası)

– Uşağınıza bir parça gil verin və deyin ki, özünün bir anlığa gil olduğunu təsəvvür etsin.

– Uşağınıza deyin ki, özünü başqa məkan və zamanda təsəvvür etsin; maraqlanın, məsələn, o, qablar və elektrik olmadan necə yemək bişirərdi.

– Cavabı olmayan sualların siyahısını tutun.

Yaradıcı oyunlar

Qoy uşaqlarınız adi materiallardan qeyri-adi qaydada istifadə etsinlər. Siz də müxtəlif rolları oynamaqla spontan oyunlarda iştirak edin.

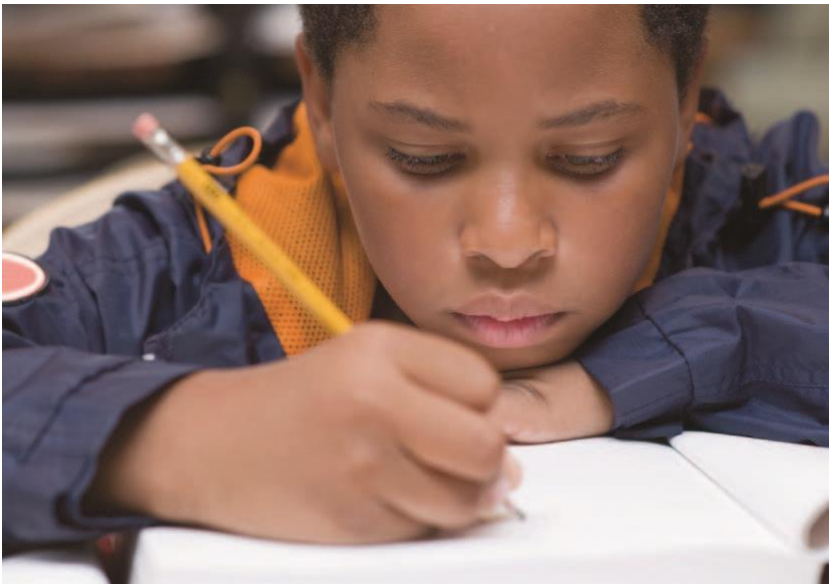
Hissi araşdırma və motorika çalışmaları haqqında fikir-ləşməklə balacanın fiziki inkişafını stimullaşdırın. Bu və ya digər bacarığın təkrar edildiyi oyunlarda uşaqlar son dərəcə çətin tapşırıqların öhdəsindən gəlməyə başlayırlar. Kubiklərlə oynamaqla uşaqlar kəmiyyət ölçülmələri, bəra-

bərlik, tarazlıq, forma və məkan zəkası ilə əlaqəli tapşırıqları həll edirlər. Teatr oyunları başqa insanları yamsılamaq deməkdir, uşaqlara ictimai rolları sınaqdan keçirməyə kömək olur. Belə oyunlarda uşaqlar başqalarının ehtiyaclarını nəzərə almağı, müxtəlif dəyərlərə hörmət etməyi öyrənirlər.

Oyunların köməyi ilə uşaqlar özlərini, hissləri və fikirlərini ifadə edirlər. Oyunlar stress və təzyiqi götürür, uşaqları böyüklərin "olmazlar"ından xilas edir.

Uşaqlara qayğı göstərməklə oyunlarda hakim mövqe tutmaqdan qaçmalıyıq. Oyunlar uşaq ideyalarının nəticəsi kimi meydana çıxmalıdır, böyüklər onlara istiqamət verməməlidir. Odur ki bizdəki deyil, onlardakı ilhamı nəzərə almaq lazımdır.

Müəyyən bacarıqları təkmilləşdirmək, məsələn, başqa insanları "oxumaq" və "başa düşmək" üçün "ev teatrı"nda uşaqlarla bir pyes tamaşaya qoya bilərsiniz. Hər kəs rolunu əzbərləyəcək, şəxsi personajının xarakterini öyrənəcək və açıb göstərməyə çalışacaq, geyim seçməyə cəhd edəcəkdir. Uşaqlarınızdan xahiş edin ki, sizin üçün tamaşa göstərsinlər.



Uşaq sənəti (ustalığı, bacarığı)

– Uşağa bədii yaradıcılıqla məşğul olmağa icazə verin, vaxt baxımından məhdudiyyət qoymayın. Uşağa boya verib hansı isə şəkli çəkməyi təklif etmək əvəzinə, onu şəxsi təsəvvürlərinə müraciət etməyə həvəsləndirin; həlim musiqini işə salın və uşaqdan xahiş edin ki, eşitdiyini çəksin.

– Bütün hissləri oyadan mühit yaradın. Elə edin ki, uşaqlarınız kağızın fakturasını, boyaların qoxusunu, itilənmiş karandaşın səsini duyub, qarışdırılmış rənglərin dəyişilməsinə tamaşa etsin.

– Uşaqları spontan kəşflərə ruhlandırın. Qoy yaradıcılıq üçün baza materiallar: karandaşlar, flomasterlər, plastilinlər, rəngli kağızlar, fırçalar, boyalar əlaltında olsun. İcazə verin uşaqlar müxtəlif materiallar və alətlərin xüsusiyyətlərini aşkara çıxarsınlar, onlardan istifadə etsinlər. Barmaqlardan fırça kimi istifadə etmək olarmı? Çubuqla palçıqda şəkil çəkmək mümkündürmü? Ağac formasını necə ala bilərik? Al-qırmızı rəngin mahiyyətini necə izah etmək olar? Evdə addımlamaq şən, kədərli, yoxsa gülməlidir?

– Tənqiddən çəkinin. Uşaqları həmyaşıdlarının, böyüklərin, hətta özlərinin tənqidlərindən, alçaldıcı mühakimələrindən qorumalıyıq. Hər növ yaradıcılıq nadir hadisədir. Bu fikri məktəbəqədər yaşda olan uşaqların da bilməsi çox mühümdür. Hər kəs bacarığında öz işinin ustasıdır, necə istəyirsə elə edir. Gördükləri işlər pis və ya naqis olaraq qiymətləndirilərsə, uşaqlar qərarsız və aciz böyüyürlər.

“Səmərəsiz” ideyalar

Yaradıcılıq aktivliyi olan uşaqlarda inkişaf edən bəzi xüsusiyyətlər başqalarına qəribə və səmərəsiz görünə bilir. Məsələn:

– Sərbəst düşüncə. Yaradıcı uşaqlar öz fikirlərini bölüşdükdə tez qızışan, karıxmış və özbaşına görünürlər.

– Sadəlövhlük. Həvəskar uşaqlar qəribə ideyaların vurğunu olub, onların valideynin gözündən yayınmayan cəhətlərini görə bilmirlər.

– Yumor. Uşaqlar böyüklərə ciddi görünən ideyalarda gülməli cəhətlər aşkar edirlər. Bu bacarıq böyüklər tərəfindən iyrənc rişxənd kimi yozula bilir.
– Xəyalpərəstlik. Təsəvvürləri inkişaf etmiş uşaqlar fantaziyalardan öyrənir, oyunların, təxəyyülün köməyi ilə gündəlik problemlərin çoxunu həll edirlər. Arzular beyinə yeni əlaqələr yaratmağa kömək etsə də, onların təzahürləri diqqətsizlik və dalğınlıq kimi görünə bilir.
– Təcrid. Yaradıcılıq adi və formalaşmamış ideyalara əsaslanır; uşaqlar ideyaları "təkmilləşdirmək" üçün bəzən təkliyə ehtiyac hiss edirlər.
– Fəaliyyət. İdeyalar bəzən "bekarlıq" vaxtı meydana çıxır. İdeyalar meydana gəldikdə uşaq "fəaliyyət"ə başlayır. "Strateji cəhətdən mühüm" yerlərə karandaş və kağız qoymaq lazımdır ki, uşaq istənilən an fikirlərini qeyd etsin.

"Fantaziya bacarığımı istedadımdan yüksək qiymətləndirirəm. Çünki xəyallarım faydalı bilikləri ehtiva edir" Albert Eynşteyn.

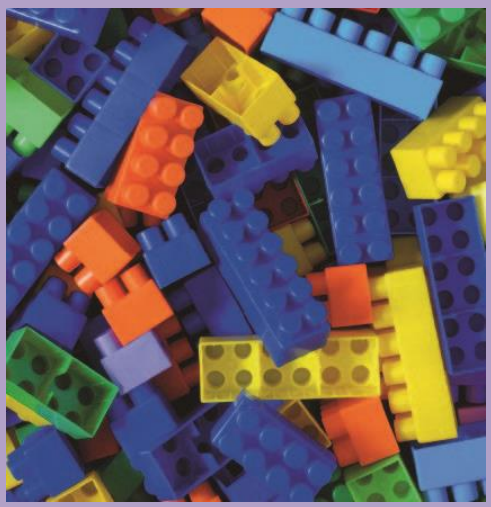
Valideynlər nə edə bilərlər?

– Nümunəvilik. Hər şeyi bilmə həvəsinizi, şövqünüzü və "qəribə" fikirlərinizi uşaqlarınıza təlqin edin. Yeni təcrübəyə açıq olun, yaradıcı maraqları bölüşün, uşağınızdakı maraq və həvəsdən həzz alın.
– Uşağınıza güvənin. Özünü sevimli və güvənilən hiss edən uşaq yaratmaq əzminə, cəsarətə sahib olur. Sosial şərtlər və gender stereotiplərindən asılı olmaq yaradıcı aktivliyi azaldır.
– Uşağınızı eksperimentlər aparıb, kəşflər etməyə ruhlandırın. Uşağınıza qulaq asın, onu mühakimə etməyin. İşi alınmadıqda ona dəstək verin. Boş təriflərdən çəkinin.
– Uşağa materiallar verib, onu şəxsi "əsərlər"ini yaratmağa həvəsləndirin. Köhnə jurnallar, kitab və qəzetlər, oyunlar, paltarlar, bərbəzəklər müxtəlif layihələr üçün kara gələ bilər. Məsələn, qumaş parça alabəzək adyal və örtüklərin tikilməsində işə yaraya bilir.
– Uşağa fikirlərini yazmağa kömək edin. Uşaqlar balacalıqdan şəkil çəkməyi xoşlayır-

lar. Qoy onlar öz fikirlərini obrazlarla ifadə etsinlər. Əgər onlar hələ yaza bacarmırlarsa, öz fikirlərini böyüklərə imla edə bilərlər. Sonralar siz uşağınızı gündəlik tutmağa alışdıra bilərsiniz.

Oyuncaqlar haqqında

Uşağa aldığınız oyuncaqların faydaları haqqında düşünün. Oyuncaqlar uşaq yaradıcılığına ilham verməli, savadlanmağa kömək etməlidir. "Leqo" kubikləri düşünmə qabiliyyətini stimullaşdırır. Gəlincik və plüş ayılarla oynamaq uşaq üçün əla məşğuliyyətdir; onun oyundaşları meydana çıxır, o, gəlinciklərlə ana-qız və rəfiqə-rəfiqə rol oyunları oynayır, onlara öz acığını tökə bilir. Diqqətli olun: bəzi populyar gəlinciklər gender rollarının dolaşıq salınmasına imkan yaradır. Televizorda reklam edilən bahalı oyuncaqlar heç də həmişə yaxşı seçim sayılmır.
Uşaqlara tikməyi, toxumağı, naxış vurmağı, ağacla işləməyi öyrədən oyun dəstləri alın. Kiçik, amma əsl tikiş, xarratlıq alətləri almaq yaxşı fikirdir, amma uşağınıza onlardan təhlükəsiz şəkildə istifadə etməyi öyrədin. Əgər bir neçə uşağınız varsa, birlikdə oynamaları üçün ümumi oyuncaqlar (məsələn, stolüstü oyunlar) alın.



Müxtəlif bacarıqları olan uşaqlarla yanaşı, autizmdən əziyyət çəkən uşaqlar üçün oyuncaqlar mövcuddur. Mütəxəssislər belə uşaqların problemlərini həll edəcək xüsusi oyuncaqlar hazırlayırlar.

Tapşırıqlar

LXII tapşırıq. Yaradıcılığın inkişafı üçün ailəvi məşğələlər

1. Yaradıcı oyunlardan istifadə edin: aktiv məşğələlər, məsələn, "liderə tabe ol" məşğələsi uşaqları öz hərəkətləri haqqında düşündürür və onlar başqaları onların dediklərini təkrarladıqları üçün həzz alırlar. Təbii materiallarla (oduncaq kubiklər, qum, gil və su) sadə tapşırıqları yerinə yetirmək uşağa müxtəlif formalar yaratmağa kömək edir.
2. "Davam etdirilən əhvalatlar" qaydasını tətbiq edin: bir nəfər əhvalat danışmağa başlayır, digərləri onu davam etdirir. Hansı isə hekayəni oxuyun, oyuncaqlardan istifadə edərək tamaşa qurun.
3. Yeni oyunlar kəşf etmək üçün əlaltında olan müxtəlif vasitələrdən istifadə edin. Məsələn, vəhşi heyvan formalı peçenyeni yeməklə uşaq yarım dəqiqəliyinə həmin heyvana "çevrilir". Uşaqla birlikdə bu heyvanın necə hərəkət etdiyini, hansı səslər çıxardığını xəyalınıza gətirin.
4. Rol oyunlarından istifadə edin: belə simulyasiyalar imkan verir ki, uşağınız başqalarının davranış və hərəkətlərini başa düşsün, davranışların modelini hazırlasın.
5. Uşağınıza "bəli/yox" tipli deyil, geniş cavab tələb edən suallar verin. "Günün yaxşımı keçib?" əvəzinə, "Bu gün sənin üçün nə maraqlı olub?" sualını vermək daha yaxşıdır.
6. Uşağınıza hissiyyat orqanlarından istifadə etməyi təklif edin:
– Uşağınıza deyin ki, gözlərini yumsun, əlinə nə qoyduğunuzu müəyyənləşdirsin: rezinmi, oduncaq kubikmi, metal qaykamı?
– Bu məşğələni müxtəlif səslərlə təkrar edin: dəmir pul, cırılmış kağız, oyun kartlarının qarışdırılması səsi və s.
7. Uşağınıza bir neçə düz cavabı olan suallar verin:
Suda nə üzür? (odun, buzlar, ördəklər, gəmilər...)

Nə həmişə suyun altında olur? (balıqlar, balinalar, sualtı qayıqlar...)
Su hansı rəngdə ola bilər?
8. "Əgər olsaydı... nə baş verərdi?" tipli suallar verin:
– Bütün ağaclar mavi olsaydı, nə baş verərdi?
– Bütün maşınlar yoxa çıxsaydı, nə baş verərdi?
– Hər kəs eyni paltarı geyinsəydi, nə baş verərdi?
– Hər kəsin eyni adı olsaydı, nə baş verərdi?
– Əgər uça bilsəydin, nə baş verərdi?
– Kimsə evi təmizləməsəydi, nə baş verərdi?
– Hər kəs yaxşı və ya pis olsaydı, nə baş verərdi?
– Hər kəs sağlam və ya xəstə olsaydı, nə baş verərdi?
9. Soruşun:
– Qaşıqdan nədə istifadə etmək olar?
– Düymədən nədə istifadə etmək olar?
– Kəndirdən nədə istifadə etmək olar?
– Kağız sancağından nədə istifadə etmək olar?

LXIII tapşırıq. Hesablaşmaq lazım gələn şəxsiyyətlər

Məhəmməd peyğəmbərə ilk vəhy nazil olduqda bərk qorxmuşdu, amma həyat yoldaşı Xədicə ondakı müsbət məziyyətlərini sadalamaqla onu sakitləşdirmişdi:
"Sən ki qohum-əqrəbaya baş çəkir, zəiflərə kömək edir, sədəqə verir, qonağına ehtiram göstərir, xəstələrə ürək-dirək verirsən".
Uşaqlarınızla bu bəndlərin hər birinin mühümlüyü haqqında danışın. Birlikdə belə davranışlara əsaslanan hadisələri yada salmağa çalışın.

LXIV tapşırıq. Dolaşıq, çətin sualları izah etmək

Digər valideynlərlə birlikdə uşaqların "ara qarışdıran" suallarına necə cavab verəcəyinizi müzakirə edin.
– "Allahı kim yaradıb", "Allah nə üçün Ona inanmayan insanları cəzalandırır", "Nə üçün Allahın sözünün çatmadığı çoxlu insan var", "Usanmadan Cənnətdə əbədi necə qala bilərik?"
– Azad iradə konsepsiyası və determinizmi necə izah etmək lazımdır ki, bizi, bir tərəfdən, fəal düşünməyə, digər tərəfdən isə

Allahın iradəsini qəbul etməyə ruhlandırsın? Biz haradan gəlmişik? Haraya gedirik? Əgər Allah hər kəsi mömin etməyə qadirdirsə, bunu nə üçün etmir?
Bütün bunlar uşaqlar üçün mürəkkəb suallardır. Biz bunları onlara yaşları və düşüncə səviyyələrinə görə izah etməliyik.
Cənnət haqqında Həzrəti Məhəmməd bildirmişdi ki, o elə yaxşı və misilsizdir ki, heç bir ağıl onu təsəvvür edə bilməz. Bu, bizim dünya hisslərimizin dərk edə bilmədiyi tamamilə yeni əbədi mövcudluq sistemidir.

LXV tapşırıq. Yaradıcı həll

Uşaqlarınız aşağıdakı əhvalatı oxusunlar. Daha sonra ailənin üzləşdiyi bəzi problemlər və həlli yolları haqqında birlikdə düşünün.
Amerika Hava yollarının baş icraiyyə direktoru hava limanının binasında işsiz dayanmış mühafizəçini gördükdə menecerə təklif etmişdi ki, xərcləri azaltsın: mühafizəçi həftədə üç gecə iş başında olmalı idi. Amma oğruları çaşdırmaq üçün bu günlər konkret şəkildə müəyyən edilməmişdi. Bu qayda vəsaitə qənaət etməyə imkan versə də, bir il sonra mühafizəçini xidməti köpəklə əvəzləmək təklif olunmuşdu. Üçüncü il mühafizəçi köpəklə əvəz olundu. Dördüncü il direktor daha çox qənaət üçün təklif etdi ki, əsas məsələ oğruları çəkindirməkdirsə, onda nə üçün iti ac saxlayıb hürmə səsini lentə yazıb vaxtaşırı olaraq səsləndirməyək? Təklif işə yaramışdı. Bina müdiriyyəti mühafizəçi saxlamadan pullara qənaət etmişdi (MSNBC, 3 noyabr 2007-ci il).

İyirmi birinci fəsil

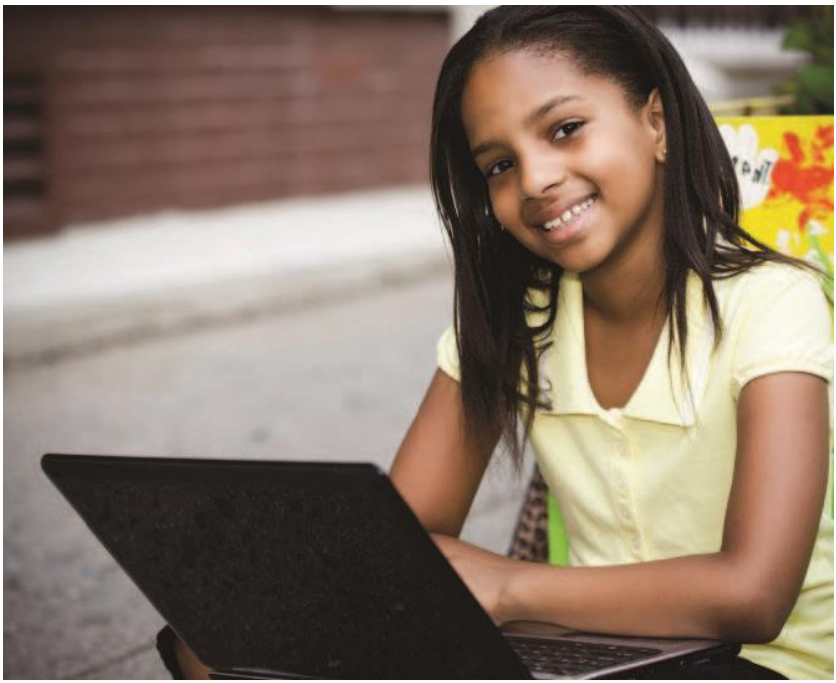
Şəxsi ləyaqət hissi və ərköyünlük

Giriş
Ərköyün uşaqlar böyütməkdən çəkinin
Göz yaşlarının silah kimi istifadə edilməsinə icazə verməyin
Tapşırıqlar

Giriş

Qərar qəbul etdikdə və səhvə yol verdikdə uşaqları həvəsləndirmək lazımdır. Səhvlər və müvəffəqiyyətsizliklər həyatın bir hissəsidir; vacibdir ki, uşaqlar səhvləri fəlakət deyil, dərs çıxarılacaq təcrübə kimi qəbul etsinlər. İmkan verməyin ki, müvəffəqiyyətsizliklər uşağınızdakı ruh yüksəkliyini ümidsizliklə əvəzləsin; əksinə, onlardan ilhamverici amil olaraq istifadə edin. Aşağıdakı iki söz arasında böyük fərq vardır: "Bu cür axmaq necə ola bilərsən axı?!" və "Bilirəm ki, sən ağıllı və qabiliyyətlisən!" Ruhlandırma çətinliklərlə başa çıxmağa və kamilləşməyə kömək edir. Yaxınları tərəfindən uğursuz, bəxtsiz adlandırılan uşaqlar, doğrudan da, uğursuz olurlar.

"Uğursuzluğa uğradım, heç bir işə yaramıram" kimi fikirlər uşağın həyatdan həzz almasını azaldır, emosional enerjini götürür, belə bir əminlik yaradır ki, çətin vəziyyətlərdə uşaq daha asan



yola üstünlük verəcəkdir. Özünəinamı olmayan uşaq məqsədə çatmaq üçün səy göstərməyəcək və həmin məqsədi qəsdən əlçatmaz sayacaqdır. Belə uşaqlar daha impulsivdirlər, nəticə haqqında az qayğılıdırlar, alkoqol, narkotiklər, seks və zorakılıq vasitəsilə həzz almağa meyllidirlər. Uzun-uzadı cəhd və zəhmətdən sonra nəticə əldə etmək, məsələn, həmyaşıdların təzyiqlərinə davam gətirmək özünəinam yaradır.

Uşaqlara öyrətmək lazımdır ki, müvəffəqiyyətsizlik naqislik deyildir, səhvləri təhlil etmək yeni şeylər öyrənməyin əla yoludur. Təcili nəticələrə aparıb çıxaran istənilən cəhdə görə fəxr etməyə dəyər. Uğurdan sonra gələn xoşbəxtlik əminlik yaradır ki, uşaq uğur qazanmaq istəyir və bacarır.

Sevgi, cəsarət, yaradıcılıq, dürüstlük və məsuliyyət hissi birbaşa və ya dolayısı ilə özünəinam yaradır, özünü yüksək qiymətləndirməyə imkan verir, emosional enerjini və uşağın psixoloji imkanlarını artırır.

Məhz biz qərar veririk ki, stəkan yarıya qədər boş, yoxsa doludur. Bu səbəbdən uşağınıza hər bir vəziyyətdə cəsarət və özünəinam aşılayın.
Əgər tikan səpmişsənsə, tikan biçəcəksən. Elə isə gül ək!

Ərköyün uşaqlar böyütməkdən çəkinin

Uşaqlar çətinlikləri dəf etməyi, stressə qalib gəlməyi öyrənməlidirlər. Onlar valideynlərindən, dostlarından, müəllimləri və qonşularından "yox" cavabını eşitməyə vərdiş etməlidirlər. Uşağınıza onlara verilən "yox" cavabını qəbul etməyi öyrədin. Aşağıda göstərilmiş üsullara diqqət yetirmək lazımdır ki, uşaq ərköyün böyüməsin.

Nizam-intizama laqeyd yanaşmayın

Bəzi valideynlər uşaqlarını ərköyün böyütməyə meyllidirlər. İstənilən bolluq – oyuncaqlar, oyunlar, pul, şokolad uşağı erkən yaşlarından korlayır. Varlı ailələrin uşaqları tərbiyəsiz böyüyürlər, çünki onların çox şeyi var. Valideyn uşağa ehtiyacı olduğundan artığını verməməlidir. Vəzifəmiz onları həyatın sınaqlarına və ağlabatan məhdudiyyətlərə hazırlamaqdır.

Bütün tələbləri yerinə yetirməyin

Valideyn uşağın istəklərini yerinə yetirdikdə özünü rahat hiss edir. Amma heç də bütün istəkləri həyata keçirmək lazım deyil-

dir. Bütün istəklər yerinə yetirilərsə, uşaq narsis (özünəvurğun) böyüyəcəkdir. Bu cür uşaq məntiqsiz, kobud və tez ruhdan düşən olur. O böyüdükdə, məsələn, rəqabətə, iş qəbulu zamanı rədd olunmağa tab gətirə bilmir, istənilən "yox" onu ağır depressiyaya sala bilir.

Müqayisə etməyin

Valideyn elə etməlidir ki, uşaq öz vəziyyətini başqa uşaqların vəziyyəti ilə müqayisə etməsin. Məsələn, uşaq qonşu uşaqda olan yeni oyuncaqdan istəyirsə, bu istəyi rədd etmək lazımdır.

Uşağa üz verməyin

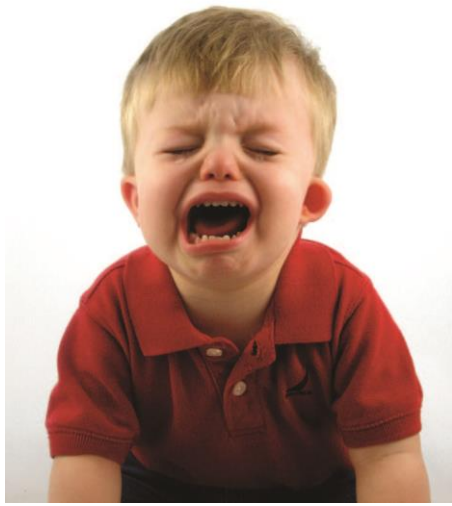
Konfliktdən qaçmaq üçün bəzi valideynlər uşaqlarını hər şeydə razı salmağa çalışır, onlara üz verirlər. Amma üz vermək, nazı ilə oynamaq qısamüddətli səmərə verir. Daha pisi budur ki, uşaqlar valideynlərə bir daha hörmət etmirlər. Böyüklər qətiyyət göstərməyi və uşağın zəruri istəklərinə yeri gəldikdə "yox" deməyi bacarmalıdırlar. Siz uşağın hər dediyini etməyə borclu deyilsiniz.

Müqəssirlik duyğusuna təslim olmayın

Bəzi valideynlər özlərini müqəssir hesab etdiklərindən günahlarını yumaq üçün uşaqlarını sevindirmək istəyirlər. Məsələn, işləyən analar evə gec gəlir, uşağına ev tapşırıqlarını etməkdə kömək etməyə vaxt tapa bilmirlər. Odur ki böyük məmnuniyyətlə onun səhər yeməyində dondurma yemək istəyini qəbul edirlər. Uşaq kifayət qədər ağıllıdır ki, bu loyallığın həqiqi səbəbini başa düşsün. Valideyn uşaq şıltaqlığına yox demək üçün özündə cəsarət tapmalıdır.

Uşaqları valideynlərindən, dostlarından, müəllimləri və qonşularından mümkün "yox" cavabını eşitməyə vərdiş etdirin.

Göz yaşlarının silah kimi istifadə edilməsinə icazə verməyin



Uşağın hansı isə həqiqi ehtiyaca görə ağlamasını ayırd etmək asandır. Uşaq ac olduqda, qorxduqda, xəstələndikdə ağlayır. Belə olduqda uşaq ədalətlə valideyn qayğısı tələb edir. Bununla yanaşı, uşaq şıltaqlıqdan ağlaya bilir. Məsələn, o, mağazada oyuncaq görmüşdür. Onu istəyir, özünü döşəmənin üstünə yıxıb hündür səslə ağlayır. Bu, ehtiyac deyildir, valideynlərin "möhkəmliy"ini yoxlamaqdır. Belə ağlamağa, sadəcə olaraq, fikir verməmək lazımdır, əks halda, vərdiş halına gələcəkdir: əhvalı korlanmış valideynlər təslim olmadıqca qışqırıqlar daha da yüksələcəkdir; uşaq başa düşəcəkdir ki, bu yolla valideyni idarə etmək, məqsədə çatmaq olar. Uşağa qışqırmayın, soyuqqanlılığınızı qoruyub saxlayın, təslim olmayın. Şıltaqlıq bitdikdə uşaq başa düşməlidir ki, seçdiyi taktika istənilən nəticəni vermir.

Tapşırıqlar

LXVI tapşırıq. İltizam (öhdəlik) testi

Eyni insanda müxtəlif xarakterik cizgilər iç-içə olur. Ailənin bütün üzvləri aşağıdakı suallara cavab verməklə şəxsi iltizam dərəcələrini yoxlaya bilərlər:

– Verdiyim sözü tuturammı?
– Böyüklərə hörmət edirəmmi?
– Vəzifələrimə məsuliyyətlə yanaşırammı?
– Borcu vaxtında qaytarırammı?
– İcarəyə götürdüyüm əşyaları vaxtında qaytarırammı?
– İşlərimi vaxtında görürəmmi?
– Namazlarımı vaxtında qılırammı?
– Son dərəcə dəqiqəmmi?

LXVII tapşırıq. Razılıq (məmnunluq)

Aşağıdakı hekayəni oxuyun, təklif olunan davranış modelini şəxsi təcrübənizlə müqayisə edin.

Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "Allahın sənə bəxş etdiyi ilə kifayətlənsən, ən varlı insan olarsan" (Tirmizi).

Səhabələrdən biri namaza həmişə eyni cırıq paltarda gəlirdi. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* müşahidə etmişdi ki, o, namaz qılan kimi, çıxıb gedir. Bu haqda soruşduqda demişdilər: "O, evə tələsir". Peyğəmbər onun arxasınca adam göndərdi. Səhabə gəldikdə Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* soruşdu: "Sən nə üçün evə tez gedirsən?" Səhabə dedi: "Çünki mənimlə həyat yoldaşımın ancaq bir pal-

tarı var, tələsirəm ki, paltarı ona verim, o da vaxtı çıxmadan namazını qıla bilsin". Peyğəmbər öz paltarını ona verdi, o da sevincək evə gəldi. Həyat yoldaşı soruşdu: "Sən Peyğəmbərə nə dedin ki, sənə paltar verdi? Allahdan Peyğəmbərə şikayətmi etdin?" Səhabə dedi: "Mən Allahdan Peyğəmbərə şikayət etməmişəm." Qadın soruşdu: "Onda nə üçün sənə bu paltarı verib?" Səhabə dedi: "Mən bu paltarı Peyğəmbərdən ölümümdən sonra kəfənim olsun deyə qəbul etmişəm" (İmam Qəzali. "Din elmlərinin dirçəldilməsi").

LXVIII tapşırıq. Fəal iştirak

Aşağıdakıları uşaqlarınızla oxuyun, şəxsi təcrübənizlə əlaqələndirin.

Ən yaxşı öyrənmə o vaxt baş verir ki, uşaqlar aktiv şəkildə ətraf aləmi kəşf etməyə cəlb olunurlar: anlamağa çalışır, yıxılır, qalxmağa cəhd göstərir, öz fikirlərini ifadə edir, gördükləri şeylərə reaksiya verirlər. Valideynlər bu cür kəşfetmələrdən dərs çıxarmağı uşaqlara öyrətməli və izah etməlidirlər. Uşaqlarınıza imkan verin ki, belə "savadlanma anları"nda eksperiment aparıb yeni biliklər qazansınlar. Onlara sakitləşməyə, ətrafa baxmağa, dərindən nəfəs almağa, öz pərtliklərini ifadə etməyə, düşünməyə imkan verin. Bu, zəiflik əlaməti deyildir, sadəcə olaraq, uşaqlar düşdükləri vəziyyətlərə uyğun necə davranmağı fikirləşirlər. Təəssüf ki, uşaq hər hansı bir məsələdən müstəqil şəkildə başa çıxarmağa başladıqda bir çox valideyn onu "sığortalamağ"a cəhd göstərir, onun əvəzinə suallara cavab verir, gərəksiz yerə onu istənilən çətinliklərdən qoruyur, problemi həll etməyi öz öhdələrinə götürürlər. Bu da öz növbəsində uşaqda özünəinam hissinə, həll variantları seçmə bacarığına, səbirli davranmağına, ünsiyyət vərdişləri qazanmağına mənfi təsir göstərir: bu vaxt uşaqların öyrəndiyi şey – başqalarından asılı olmaqdır.

Valideyn mütəxəssis, məşqçi və müəllim olmağı bacarmalıdır. İmkan verin, uşaqlar öz şəxsi bilikləri, bacarıq və vərdiş-

lərindən istifadə etsinlər; onlara istiqamət verin, çətin vəziyyətlərdə hansı xüsusi bacarıqlardan istifadə edəcəklərini öyrədin.

Böyüklər uşaqlara səhv etməyə icazə verməlidirlər. Uşağınıza nəyin səhv, nəyin də doğru olduğunu öyrənməyə kömək edin. Onlara nə üçün səhvə yol verdiklərini, növbəti dəfə necə davranmalı olduqlarını başa salın. Mühüm olan təkcə iş deyil, həm də bu işi görmək üçün sərf edilən zehni əməkdir, növbəti dəfə eyni səhvlərə yol verməməkdir, səhvlərdən həyat təcrübəsini zənginləşdirmək üçün istifadə etməkdir.

Aktiv ünsiyyətlə ailə bağları möhkəmlənir, ailə üzvləri arasında daha dərin münasibətlər formalaşır. Əgər belə əlaqələr yaranarsa, böyümüş və problemləri ciddi hal almış uşaq çətin vəziyyətlərdə valideynləri ilə məsləhətləşməyi daha çox istəyəcəkdir.

İyirmi ikinci fəsil

Uşağınızın dostları

Giriş
"Pis dost" nəyə səbəb olur?
Məktəbdə gündəlik təzyiq
Yaxşı dostlar seçmək
Uşağın dostları xoşunuza gəlmirsə...
Nə üçün yeniyetmələr bir-birini cəzb edir?
Qeyri-münasib mühit
Tapşırıqlar

Giriş

Fizikada eyni yüklü hissəciklər bir-birindən itələnir, əks yüklülər isə bir- birini cəzb edir. Heyvanlar aləmində hər cins öz cinsini tutur. Görüşdüyümüz insanlarla: qonşularla, sinif yoldaşlarımızla, mağaza satıcıları və sair ilə dostluq münasibətləri qurmağa çalışırıq. Biz hər kəslə mehribanlıq və ehtiramla ünsiyyətdə olmalıyıq. Digər tərəfdən, yaxşı olardı ki, bizimlə eyni dəyərləri bölüşməyənlərlə yaxın münasibət qurmayaq. İmanlı, ibadət edən şəxslərdən dost seçin. Belə dostlar, məsələn, oyunu bir neçə dəqiqəliyinə namaz qılmaq üçün tərk etdiyinizdə sizi başa düşəcək, nə üçün alkoqol və narkotik qəbul etmədiyinizi anlayacaqlar.

Bəzən sizinlə eyni dəyərləri bölüşənlərlə uzaq məsafə ucbatından dostluq etmək olmur; onların uşaqları sizin uşaqlarınızla eyni məktəbə gedə bilmirlər. Bununla yanaşı, siz qonşuluqda yaşayan, başqa dinə etiqad edən, dinizə hörmətlə yanaşan yaxşı ailədən özünüzə dost tapa bilərsiniz. İctimai qurumlar, idman klubları, boyskaut və təbiətsevərlər dəstələri sizinlə eyni maraqları bölüşən, sağlam və saf sevinc yaşamaq istəyən şəxslərlə dostluq etmək baxımından yaxşı kollektivlərdir.

Yaxşı dost o kəsdir ki, sizi başa düşür, sədaqətlidir, səxavətlidir, şəfqətlidir. Biz, böyüklərin elə dost seçmə meyarları, standartları ola bilər ki, yeniyetmələr onlarla çox vaxt razılaşmasınlar. Dostların yeniyetmələr üzərində təsiri böyükdür. Geyim, davranış tərzi, başqaları ilə münasibət dostların təsiri ilə müəyyənləşə bilir.

Qızlar ya yaxın rəfiqəsi, ya da qızlardan ibarət kiçik dəstə ilə dostluq etməyə üstünlük verirlər. Oğlanlar isə idman oyunları və ya hansı isə məşğuliyyət üçün böyük dostlar komandasına sahib olurlar. Belə dostluqlar çox vacibdir, bəlkə də, çox möhkəmdir, amma tərəflərdən biri qaydaları pozarsa, gözlənilmədən başa çata bilir.

Görəndə ki, uşaqlarınız ailəsindən daha çox dostları ilə maraqlanırlar, hirslənməyin. Qohumluğu qorumaq üçün

qan-tər tökməyə ehtiyac yoxdur, – onlar qohum olaraq qala-caqlar, onlarla münasibətləri qoruyub saxlamaq kifayətdir. Dostları isə axtarmaq, qazanmaq, qoruyub saxlamaq lazım gəlir; kiminsə dostu olmağa layiq olmaq lazımdır.

Min dosta “bəli”, bir düşmənə “yox”!

Sual: Amerika futbolu kapitanı ilə dindar və xeyirxah liderin ortaq cəhəti nədir?
Cavab: Hər ikisi cəsarəti, komanda ruhu və ümidi yüksək qiymətləndirir.

Sual: Əsgərlərlə mafiya üzvlərinin oxşarlığı nədədir?
Cavab: Hər ikisi öz təşkilatına sadiqdir, onun uğrunda ölməyə hazırdır. Əsgər vətəni üçün, mafiya üzvü mafiyası üçün! Əsgər yaxşı, mafiozlar isə pis yoldadırlar.
Unutmayın ki, uşaqların dostluğu gələcəyin ailələrini müəyyən edə bilir. Qədim italyan məsəlində deyilir: “Almaq istədiyin inəyi öz otlağından seç”. Yəni, siz yaxından tanıdığınız şəxslə yaxşı keçinəcəksiniz.

Dostluğun çoxlu növləri vardır:

– İş yoldaşları – birlikdə işlədiyimiz, yaxud bizimlə eyni peşəni, sahəni bölüşən şəxslərdir. Onları sevməyimiz, yaxud yaxın münasibətlər qurmağımız zəruri deyildir. Amma mühüm olanı məhsuldar fəaliyyət üçün bir-birimizə hörmətlə yanaşmağımızdır.

– Tanışlar üzdən tanısaq da, barələrində az məlumatlı olduğumuz şəxslərdir. Münasibətdə olmasaq da, yaxşı keçindiyimiz tanışlara qonşular, eyni küçədə yaşayanlar, yaxın mağazanın satıcıları, poçtalyon və dalandar daxildir.

– Adi dost yaxşı tanıdığımız və eyni şəraitdə (məktəb, düşərgə, idman klubu...) üz-üzə gəldiyimiz, dostluq hissi ilə yanaşıb, zəruri hallarda köməyinə müraciət etdiyimiz şəxsdir.

– Yaxın dostlar çoxdan və yaxşı tanıdığımız, inandığımız, müxtəlif vəziyyətlərdə kömək etdiyimiz və istədiyimiz şəxslərdir.
– Can dostları. Onlara münasibət adi rəğbətdən çox, sevgini xatırladır. Onlar hər şeylərini bölüşürlər, hətta mübahisə yaransa da, həmişə yaxşı dost olaraq qalırlar.

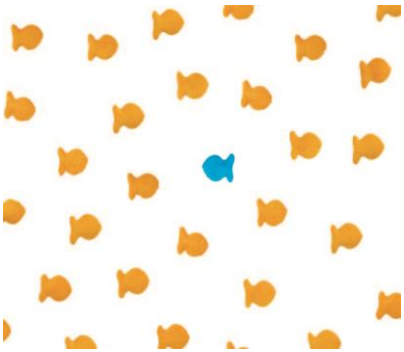
Dostluq kəndirə oxşayır: hər iki ucundakı şəxsləri bir-birinə bağlayır. Dostluqda aldığından az verməməlisən. Buraya dözüm, mehribanlıq, yumor, qayğı, fədakarlıq daxildir. Bununla yanaşı, həmişə "rabitə"də olmalısan.

İnsanların çoxu zaman keçdikcə dəyişir. Yeniyetməyə izah edin ki, dostu çətin vəziyyətə düşübsə və ya ona əvvəlki qədər vaxt ayırmırsa, yaxud ona qarşı bir az soyuyubsa, özünü günahlandırmasın.

Siz görəndə ki, uşağınız özünə arzuedilməz dostlar tapıb, təbii ki, acıqlanacaqsınız. Söhbət o "dostlar"dan gedir ki, onların dəyərləri və davranış tərzi sizin uşağınızda görmək istədiklərinizlə üst-üstə düşmür. Uşağınızla ünsiyyətdə olan bir çox yeniyetmə Allahdan qorxmur, siqaret çəkir, narkotik qəbul edir, biədəb danışır, qanunu pozur, polislə münaqişə yaşayır, başqalarına pis nümunə olur, uşağınızı bəzən təhlükəli işlərə təşviq edirlər. Həmçinin nəzərə alın ki, belə "dostlar"ı ailənizin maddi imkanları və uşaqlarınızın davranışları "cəzb" edə bilir.

"Pis dost" nəyə səbəb olur?

– Mülkiyyətinizi tələf edirlər
– Kobuddurlar
– Hey evinizə gəlir, basırıq salırlar
– Sizi qorxudur, sizə laqeyd yanaşırlar
– Uşağınızı sizdən uzaqlaşdırdıqları üçün kədərlənirsiniz.



Məktəbdə gündəlik təzyiq

Məktəb sistemi uşaqlara təsir göstərir. Çünki onlar eyni sinifdə hər kəs kimi olmalıdırlar. Müsəlman ailələrin uşaqları qeyri-müsəlman mühitdə yerli dili yaxşı bilmədikləri üçün, qəbul olunmuş məktəbli geyimini geymək zərurəti üzündən (xüsusən qız uşaqları) və qidalanma məhdudiy-

yətinə görə çətinliklərlə üzləşirlər. Bəzən bu fərqlər sinif yoldaşları tərəfindən istehzalara və "sancmalar"a səbəb olur. İrqi ayrı-seçkiliyin olduğu mühitlərdə dərisinin rəngi uşağınızın başına "bəla" ola bilər.

Yaxşı dostlar seçmək

Uşağınızın kimləri özünə dost seçdiyini bilmək çox vacibdir. Onları evinizə qonaq çağırın, kimlər olduğunu, uşağınıza hansı təsiri göstərə biləcəklərini öyrənin. Evə dəvət olunmaq bəzi dostlara müsəlman ailə ilə tanış olmaq imkanı verir. Ailənizdəki iman abı-havası onlara müsbət təsir göstərə bilər.

Uşağınızla onun dost seçimi, xüsusən, sizdə bəzi suallar yaradan bəzi dostları haqqında söhbət edin. Bunu ehtiyatla edin. Hər bir halda, uşağınız seçim etməli, o cümlədən özünə dostlar seçməlidir. Əgər siz bunu onun əvəzinə etsəniz, onları müstəqil ruhda tərbiyə etmiş olmayacaqsınız. Bu vəziyyət ona kömək etməyəcək, çünki həmişə onun yanında olmayacaqsınız.

Uşağınızla onun dostlarını müzakirə edirsinizsə, iki mühüm şeyi nəzərə alın:

– "Mən" sözünə vurğu edin. Uşağa dostları ilə olduğunuzda nə hiss etdiyinizi deyin. Məsələn, "Sən Yasminlə oynadıqda gördüm ki, o, hər kəsin əşyalarını özünə götürür. Onun özünü bu qədər eqoist aparmağına baxmaq mənim üçün ağır idi" və ya "Fikir verdim ki, rəfiqən Sara anası haqqında yaxşı şeylər danışmır. Bu, xoşuma gəlmədi". Bununla uşağa müşahidələrinizi yoxlamaq fürsəti verir, onu öz dostlarının müdafiəsinə qalxmağa təhrik etmirsiniz. Uşağa həmişə kobud və eqoist dostlar seçdiyini deməyin.

– Suallar verin. Uşaqdan soruşun ki, dostunda nə isə sezməyib ki. Soruşun ki, düşünsün. Cavaba diqqətlə qulaq asın: sizə dəqiq qiymətləndirmə lazımdır. Əgər fikirləriniz üst-üstə düşürsə, belə deyə bilərsiniz: "Sənə elə gəlmirmi ki, filankəslə deyil, başqa dostlarla vaxt keçirməyin daha yaxşı olardı...".

Dostların müzakirəsi məsələsini tezləşdirin. Bu sizinlə uşaq arasında möhkəm "körpü" yaradacaqdır ki, gələcəkdə bunun səmərəsini görəcəksiniz.

Uşağın dostları xoşunuza gəlmirsə...

Sosial işçi İman əl-Qazi deyir:

> "Uşağın tərbiyə görməmiş həmyaşıdını özünə dost seçməsi mümkündür. Qorxmayın, çünki qeyri-adi hər şey uşağı özünə cəzb edir; həvəsi təmin olundumu, uşaq bir daha həmin şeylə maraqlanmır. Əgər biz valideyn nüfuzundan istifadə edib bu dostluğu kəsib atmağa cəhd göstərsək, uşaq inadkarlıq üzündən həmin "dost"a daha çox bağlanacaqdır. Əgər uşağın xoşlamadığınız dostu evinizə gələrsə, belə deyə bilərsiniz: "Xoş gəldin, amma, zəhmət olmazsa, bu evin qayda-qanunlarına hörmət et".

Bəzən uşağa ən böyük təhlükə onunla eyni dini bölüşən, amma günah işləyən, imanı zəif həmyaşıdından gəlir. Yaxşı xatırlayıram: biz ilk dəfə İstanbula getdikdə 7 və 9 yaşı uşaqlarım heyrətə düşmüşdülər. Amerikada onları dindar ailədə böyütmüşdüm. Onlar təsəvvür edə bilmirdilər ki, İstanbulda insanlar alkoqollu içkilər içir, küçələrdə pornoqrafik jurnallar satılır, Ramazanda ictimai yerlərdə yemək yeyirlər. Onlara başa saldım ki, insan müsəlman doğula bilər, amma onun islama riayət etməməyi mümkündür. Valideynlərin dünyagörüşü və prinsipləri uşaqlara təsir edir. Böyüklər bilməlidir ki, uşaqlar nə vaxt bu prinsiplərə əməl etmirlər. Hansı amillər uşağı pis dostlarla bir araya gətirib? Nə üçün uşaqlardan biri siqaret çəkir, digəri isə yox? Bu dost uşağınıza başqalarının vermədiyi nəyi verir?

Bəzi tövsiyələr:

– Xoşlanmadığınız uşaq sizə qonaq gəlmək istəyirsə, başqa uşaqları da dəvət edin ki, yaxşı abı-hava yaransın, uşağınıza həmin uşağın mənfi təsiri güclü olmasın.
– Elə edin ki, uşağınızın digər işlərlə başı qarışsın (məsələn, qohumlara baş çəkmək və s.).
– Evinizdə əməl olunacaq qayda-qanunların siyahısını tutun (qışqırmamaq, dəcəllik etməmək, söyüş söyməmək və s.).

Siz uşağın kimlərlə dostluq etdiyini bilməlisiniz.

Nə üçün yeniyetmələr bir-birini cəzb edir?

Aşağıdakı səbəblərə görə yeniyetmələr həmyaşıdlarından təsirlənirlər:

– Onlar ailə üzvləri və qohumları ilə münasibətlərindən fərqli olaraq, dostlarını sərbəst şəkildə seçib əlaqə yaradırlar.

– Onların həmyaşıdlarına yaxınlığı yaşlarının, təcrübələrinin, hisslərinin, hobbiləri və qarşılaşdıqları problemlərin eyni olmağından irəli gəlir.

Yeniyetmələr xüsusi rəmzlərdən, dildən, mədəniyyət anlayışından, dəyər və davranış normalarından istifadə edərək öz sosial qruplarını yaradırlar. Uşaqlar böyüdükcə valideynləri ilə az, dostları ilə çox məsləhətləşirlər. Onlar maliyyə məsələsində valideynlərindən asılı olsalar da, hobbi, paltar və klub seçimində, vaxtlarını tənzimləmədə, hara səyahət etmək məsələsində dostlarının təsirindədirlər.

Sosial interaktivlik formaları

Balacalar balacalarla
Dələduzlar dələduzlarla
Gənclər gənclərlə
Papiros çəkənlər papiros çəkənlərlə
Yaşlılar yaşlılarla
Narkomanlar narkomanlarla
Yaxşılar yaxşılarla
Peşəkarlar peşəkarlarla

Dost dosta təsir göstərir. Peyğəmbər *(Ona Allahın xeyir-duası və salamı olsun!)* demişdir: "İnsan öz dostunun dininə tapar, elə isə kiminlə dostluq etdiyinizə diqqət yetirin" (Tirmizi, Əbu Davud).

"İnsan sevdiyi ilə həşr olunacaqdır" (Buxari və Müslim).

"Yaxşı həmsöhbət və pis həmsöhbət müşkü olanla körük üfləyəni xatırladır. Müşk satan belədir ki, sən ondan satın alsan da və ya sənə müşkündən hədiyyə etsə də, nəticə etibarı ilə, onun gözəl qoxusunu hiss edirsən. Körük üfləyənə gəlincə, hisə bulaşmasan da, tüstüsü səni tutur" (Buxari və Müslim).

Aşağıdakı ayələrdə pis dostun təsirindən danışılır:

"O gün zalım (küfrə düşməklə özünə zülm edən peşmançılıqdan) əllərini çeynəyib deyəcəkdir: "Kaş ki Peyğəmbər vasitəsilə (özümə) doğru bir yol tutardım;

Vay halıma! Kaş filankəsi özümə dost etməyəydim; And olsun ki, Quran mənə gəldikdən sonra məni ondan (Qurana iman gətirməkdən) o sapdırdı. Şeytan insanı (yoldan çıxartdıqdan, bəlaya saldıqdan sonra) yalqız buraxar (zəlil, rüsvay edər)...."
(əl-Furqan, 27-29)

Qeyri-münasib mühit

Uşaqların ünsiyyət çevrəsi ailələr üçün ciddi problemlər yarada bilir. Bu problemlərdən asanlıqla sığortalanmaq mümkün deyildir. Uşağın ünsiyyətdə olduğu sinif yoldaşları və qonşu uşaqların mənfi davranışları ailəni dağıda bilir. Bir çox valideyn uşaqlarını pis həmsöhbətlərdən qorumaq üçün məktəbi və ya yaşayış yerini dəyişirlər. Bu, yerdəyişmə sayəsində gələcəkdə meydana çıxacaq müsbət hallarla müqayisədə adi itkidir.

Müqəddəs kitablarda deyilir ki, peyğəmbərlər bir cəmiyyətdən digərinə hicrət etmişlər.

Atalar və analar! Uşaqlarınıza dostlarını evə dəvət etmələrinə icazə verin, onları müşahidə edin, davranışlarını düzgün şəkildə öyrənin, uşaqlarınızın dostları ilə dostluq etməyə çalışın!

Amerika Sosiologiya Assosiasiyasının keçmiş prezidenti, məşhur sosioloqlardan Doktor Ceyms Koulmen müxtəlif nəsillərin təmsilçilərini bir-biri ilə açıq olmağa, müzakirələr aparmağa çağırır. Valideyn uşağın dostlarını yaxşı tanımalıdır: bu, ictimai əlaqələri gücləndirir, yaxşı davranışların formalaşmasına, pis davranışların aradan qaldırılmasına kömək edir.

Tapşırıqlar

LIX tapşırıq. Uşaq kimi özünə nümunə seçir?
Uşağınızdan soruşun ki, həyatda üzbəüz görüşmək istədiyi üç insanın adını çəksin. Bu sizə onun maraq dairəsini, hobbilərini öyrənməyə imkan verəcəkdir.
Uşağınızla yaxşı və pis nümunə məsələsini müzakirə edin.

LXX tapşırıq. Uşağınıza mənfi təsir göstərirlər
Aşağıdakı vəziyyəti və əlaqədar şərhləri müzakirə edin:
Hesab edirsiniz ki, qonşunun 9 yaşlı qızı 7 yaşlı qızınıza mənfi təsir edir. Uşaqlar bütün günü bir yerdədirlər və siz onların ünsiyyətini minimuma endirmək istəyirsiniz. Siz:
– qızınızdan tələb edirsiniz ki, qonşu qıza bir daha görüşməyəcəklərini, birlikdə oynamayacaqlarını desin;
– özünüz qonşu qıza deyirsiniz ki, qızınız bir daha onunla oynamayacaq, onun evinə gəlməyəcək, o da sizin evinizə gəlməsin;
– onlara ancaq sizin nəzarətiniz altında bir yerdə olmağa icazə verirsiniz;
– qızın valideynləri ilə danışır, onlara uşaqlarınızın ünsiyyəti barədə fikirlərinizi deyirsiniz.

Uşağın mənfi təsirlərə məruz qalması valideynlərin əksəriyyəti üçün böyük problem yaradır. Aşağıda yuxarıdakı variantlara aid şərhlər göstərilmişdir:
– Qızınızdan fikirlərinizi həmin qıza deməsini tələb etməyin. Çünki onlar problemi başa düşmək üçün çox balacadırlar. Və siz hər kəsin gözündə yaramaz insan olacaqsınız.
– Başqasının uşağına qaydalar qoymaq yolverilməzdir.

– Bu vəziyyətdə siz daimi nəzarətçiyə çevrilmək riskinə gedirsiniz. Zaman keçdikcə bu iş yorucu və məşəqqətli olacaqdır.
– Qonşuya uşağının sizə görə qeyri-münasib sayılan davranışı haqqında danışmaq asan iş deyil. Amma bu problemi həll etməyin ən yaxşı yoludur.

LXXI tapşırıq. Əgər bacarsaydım, başqa cür hərəkət edərdim!
Ailəvi görüşlərdə valideynlər aşağıdakı suallara cavab tapmalıdırlar: "Əgər həyata yenidən başlasaydım, həyatımı başqa cür qurardımmı?" Uşaqlarınızın yanında səhvlərinizi etiraf edin[1] və onları öz səhvlərini sizinlə bölüşməyə həvəsləndirin.

[1] Bu təklif valideyn-uşaq münasibətinə dağıdıcı zərbə vura biləcək davranışla əlaqəli olduğu üçün məqbul deyildir. Belə bir davranış uşaqda valideynə qarşı inamsızlıq yarada, valideynin nümunə götürülməyəcək qədər müqəssir şəxs olmağı qənaətini formalaşdıra bilər. Bunu o vaxt etmək olar ki, uşaq müstəqil həyata qədəm basıb şəxsi həyatını qurmuşdur, xarakter və dünyagörüşü formalaşmışdır – ***tərcüməçinin qeydi.***

İyirmi üçüncü fəsil

Televizor, video və kompüter oyunlarının dağıdıcı təsiri

Giriş
Valideynlər üçün sorğu vərəqəsi
Televizorun mənfi təsirləri
Televiziyadan əvvəlki dövr
Televizora “yox” deyəkmi?
Televizor asılılığından xilas olmağın yolları
Televiziya haqqında faktlar
Televiziya mədəniyyətimiz
Evimizdəki yad qonaq
Televizora baxmaq vərdişimizi necə dəyişə bilərik?
Televizor barədə xəbərdarlıq
Televizora baxmağın alternativləri
Daha ciddi variantlar
İnternetdən ifrat istifadənin zərərləri
Kompüter oyunları
Video-oyunlar və uşaqlar
Nəticə
Tapşırıqlar

Giriş

Evimizin küncündə sakitcə dayanan, amma həyatımızda böyük rol oynayan, bizdən çox uşaqlarımızla vaxt keçirən əşya vardır. Biz ona fikir vermirik, amma o, bütöv bir ailəni dağıda bilər. Bu əşyanın adı televizordur.

Televizor və onun həyatımıza göstərdiyi böyük təsiri əhəmiyyətsiz hesab etmək lazım deyil[1]!

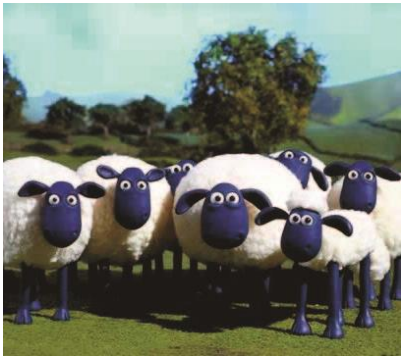
Valideynlər üçün sorğu vərəqəsi

– Uşaqlarınız səhər yeməyi vaxtı və məktəbə getməzdən əvvəl televizora baxırmı?
– Uşağınız evə gələn kimi, dərslərini hazırlayarkən televizora baxırmı?
– Aileniz nahar vaxtı televizora baxırmı?
– Uşaqlarınızın söhbətləri və oyunları televizor proqramlarından aldıqları təəssüratlara nə dərəcədə əsaslanır?
– Uşaqlarınız dostları və ya oyuncaqları ilə oynayarkən televizor açıq olurmu?
– Uşağınız televiziya reklamlarında gördüyü yemək məhsulları və ya oyuncaqları istəyirmi?
– Ailədə həyat televiziya verilişləri proqramına təhkim edilibmi?
– Uşaq konkret verilişə baxdıqdan sonra televizoru söndürür, yoxsa “qutu” hələ də işləyir?
– Uşaq gecə saatlarınadək televizora baxdığı üçün yorulurmu?
– Televizorda gördüklərindən sonra uşağınız qorxurmu, yuxuda onu qarabasmalar bürüyürmü?
– Uşağınız televizora baxmağı oyunlardan üstün tuturmu?
– Uşağınız televizora baxdığında qonaqların gəlməsinə saymazyana yanaşırmı?
– Televizora baxdığı üçün uşağınız namazlarını gecikdirirmi?

---

[1] Əgər XX əsrdə insanların həyatında televizor əsas rol oynayırdısa, XXI əsrdə vəziyyət dəyişmişdir: yeni kommunikasiya texnologiyaları, məsələn, internet, mobil telefonlar, "aypad" qurğuları həyatımıza daha çox təsir göstərir. Odur ki bu fəsildəki material həm televizora, həm mobil telefonlara, həm internetə, həm də kompüter oyunlarına aiddir – ***tərcüməçinin qeydi.***

Televizor arxasında həddindən artıq vaxt keçirmək narkotik maddələrdən asılı olmağa oxşayır. Bir çox uşaq televiziya verilişlərinə baxdığı vaxt transı xatırladan vəziyyətə düşür, bütünlükdə "sönür", ətrafdakı heç bir şeyə diqqət yetirmirlər; onları çağıranlara, telefon zənglərinə cavab vermirlər.



Televiziya verilişlərinin məzmununu uzun-uzadı müzakirə etmək, bəzi verilişlərin faydalı, bəzilərinin zərərli olduğunu göstərmək mümkündür; amma verilişləri seçmək ikinci dərəcəli olub, televizor asılılığı problemindən az əhəmiyyətlidir.

Televizora həddən artıq baxan bir nəfərin belə mövcudluğu ailə üçün ciddi problemlərə səbəb ola bilir: həmin şəxs televizora baxmağı hər şeydən üstün tutanda ailəvi dincəlmək, ailə işlərini tənzimləmək, ailəliklə vaxt keçirmək problemə çevrilir.

Meri Vinn (2002) göstərir ki, televizor bir çox insana hipnoz təsiri göstərir; onlar zombilərə oxşayır, kütbeyin olur, asanlıqla nəzarətdə saxlanılırlar. Problem televizora baxarkən nəyin baş verməsində deyildir; problem orasındadır ki, bu vaxt nələr baş vermir: ekran qarşısında saatlarla vaxt

keçirən uşaqlar zehni və sosial cəhətdən inkişaf etmirlər, başqaları ilə ünsiyyətdə heç yüz minlərlə sözdən istifadə etməyiblər, minlərlə sual verməyiblər, həmin suallara cavab da almayıblar.

Televizorun mənfi təsirləri

Televizorun uşaqların inkişafına təsirini qiymətləndirərkən valideynlər ekran qarşısında keçirilən vaxtdan çox, verilişlərin məzmununa diqqət yetirirlər. Onlar öz işləri ilə məşğuldurlar, onlara bayırda və evdə sakitlik lazımdır və televizor – bu elektron "baxıcı" (dayə) uşaqların arzu olunan "məşğuliyyət"ini təmin edir. Amma göstərilən vəziyyətdə valideynlərin ehtiyacları uşaqların ehtiyaclarına tərs düşür: televizor uşaqları sərbəst ruhda böyütmür, uşağın öz güc və bacarıqlarını dərk etməsinə kömək etmir, ona ünsiyyət qurmağı öyrətmir. Uşağın valideynin deyil, özünün yaratdığı fantaziyalar aləmi olmalıdır; uşaqların ekran qarşısında passiv şəkildə oturmaqdan deyil, canlı ünsiyyətdən, şəxsi davranışlardan, təmasla hiss olunan duyğulardan irəli gələn zehni stimullara ehtiyacı vardır.

Bir çox valideyn həddindən artıq aktiv olan uşaqlarını sakitləşdirmək üçün televizordan istifadə edirlər, çünki televerilişlərə baxmaq onları taqətdən salır, intensiv zehni gərginlik tələb etmir. Televizora baxarkən gözlərin mərkəzə diqqətlə yönəlməsi yuxu vaxtı baş verənlərə oxşayır; telefilmlərdən alınan informasiya çox vaxt reallığı əks etdirmir. Müasir televiziya yanıldır, zehin üçün heç bir "qida" təqdim etmir, ailənin verdiyi sevgini verə bilmir, amma buna baxmayaraq, cazibədardır, çünki özündə bir çox həzzi ehtiva edir: aydın təsvir, müxtəlif səslər və musiqi, düşünülmüş səhnələr. ABŞ-da valideynlərin yarısından çoxu uşaqlarını televizora baxmaqdan məhrum etməyi cəzalandırma üsulu olaraq seçirlər.

Televiziya uşaqları məhv edir, passivləşdirir. Obrazların sürətlə görünüb yox olması, kamera vasitəsilə daimi fokuslama, hər bir neçə saniyə ərzində çəkiliş nöqtəsinin dəyi-

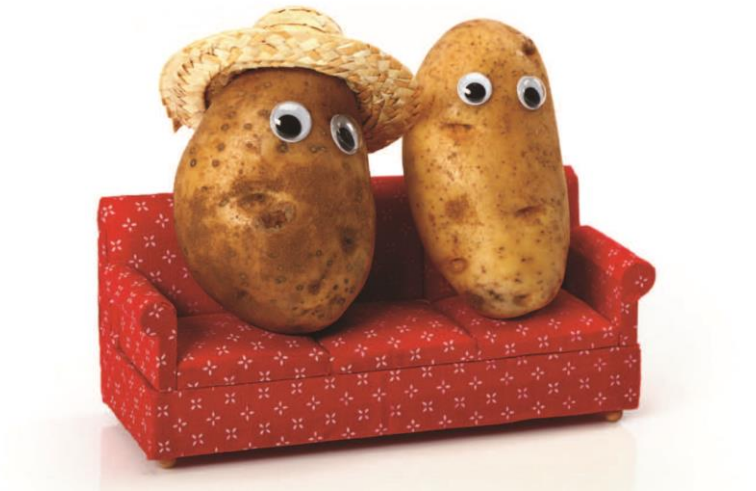
şilməsi diqqəti toplaya bilməmək vəziyyəti ilə nəticələnir. Hiperaktiv məktəblilər tez-tez yerini dəyişən televiziya obrazlarının dinamikliyindən öz zehni-hissi meyllərini dəyişmək üçün istifadə edirlər. Hətta uşaqlar üçün hazırlanan televiziya şouları son dərəcə aqressiv səciyyə daşıyır – elektron stimullaşdırmaya müqavimət göstərəcək qədər inkişaf etməmiş məktəblilərin hisslərinə son dərəcə möhkəm təsir göstərir. Belə uşaqlara çox vaxt diqqətsizlik və hiperaktivlik sindromu diaqnozu qoyulur.

Uşaq televiziya şoularına baxın, görəcəksiniz ki, səhnələr və kameranın vəziyyəti tez-tez dəyişilir; aparıcının səsi həddindən artıq yüksək olub, qavramaq üçün çox sürətlidir. Kitab mütaliəsindən fərqli olaraq belə verilişlər uşaqların zehni inkişafını, sadəcə olaraq, dayandırır.

Bir çox valideyn müşahidə etmişdir ki, onlar televizoru söndürdükdə uşaqların əhvalı həmin an dəyişilir: onlar həyəcanlanır, hiddətlənir, nəzarətdən çıxırlar. Bu "re-entri" ("re-entry" – ikinci həyəcan dalğasının başlanması) sindromu olub, ağır yuxudan tam ayıqlıq mərhələsinə kəskin şəkildə keçən şəxslərin vəziyyətini xatırladır. Televizora aludə olmuş uşaqlar televizor söndürüldükdə kobudluq edir, qışqırır, nalayiq hərəkətlərə yol verirlər.

"Sezam küçəsi" təcrübəsi

"Sezam küçəsi" beynəlxalq uşaq şou verilişi uşaqlara əlifbanı və baza biliklərini öyrədir. Verilişin prodüserləri iddia edirlər ki, onların verilişi balacalar üçün mühüm maarifləndirici əhəmiyyət daşıyır. Tərbiyəçilər deyir ki, bir çox uşaq bağça yaşına çatdıqda bu verilişin sayəsində hərfləri öyrənmiş olurlar. Amma bu veriliş uşaqları televizora "bağlayır". Verilişin gənc pərəstişkarları təxəyyül bacarığı tələb edən oyunları oynaya bilmir, oyuncaqlardan



istifadə etmir, hansı isə əlavə materiallardan faydalanmırlar; dözümsüz olub, əzmkar deyildirlər, xəyalları reallıqdan ayıra bilmirlər.

Uğurlu tədris (təlim, təhsil) tətbiqi təcrübə tələb edir. "Sezam küçəsi" və digər "maarifləndirici" verilişlər "müəllimlə üz-üzə təhsil" təcrübəsinin uğursuz alternatividir.

İbtidai məktəb müəllimləri qeyd edirlər ki, bir çox şagird oxumaq istəmir, diqqətlərini bir yerə cəmləşdirə bilmir, diqqətsizlikdən əziyyət çəkirlər. Televiziya uşaqda sözlü olmayan bacarıqları inkişaf etdirsə də, müvəffəqiyyətli məktəb təhsili üçün zəruri sayılan digər qabiliyyətlərin inkişafına kömək etmir. Onsaatlıq mütaliə "Sezam küçəsi" verilişinə yüz saat tamaşa etməkdən daha faydalıdır. Bu verilişlə müqayisədə valideyn və kitab uşaqların zehni inkişafı üçün qısa müddətə daha çox şey edə bilər.

Uşaqlar televizora nə qədər çox baxırsa, məktəbdə bir o qədər pis oxuyurlar. Dərsləri yaxşı oxumaq üçün baxış bucağını genişləndirmək, söz ehtiyatını artırmaq, başqaları ilə ünsiyyət qurmaq, darıxdırıcı və təkrar tapşırıqlarda diqqətli olmaq bacarığını inkişaf etdirmək lazımdır. Bütün bunları televizora çox baxmaq məhv edir.

Televiziyadan əvvəlki dövr

Televiziya meydana gəlməzdən əvvəl valideynlər uşaqlarına qarşı daha qətiyyətli, da-

ha ciddi, daha tələbkar idilər; ona görə yox ki, onlar bunun daha səmərəli tərbiyə üsulu olduğuna inanırdılar (əslində bu belədir); ona görə ki, qətiyyət və tələbkarlıq valideynlərin özlərinin yaşaması üçün lazım idi. Valideynlər uşaqlara nəzarət edir, oynamağı və özü-özünə əylənməyi öyrədir, inkişaf səviyyələrini diqqətdə saxlayırdılar. Valideynlər uşaqların yatma rejiminə nəzarət edir, onların yatdıqlarını, yoxsa öz otaqlarında sakitcə uzanıb oynadıqlarını və ya musiqiyə qulaq asdıqlarını yoxlayırdılar.

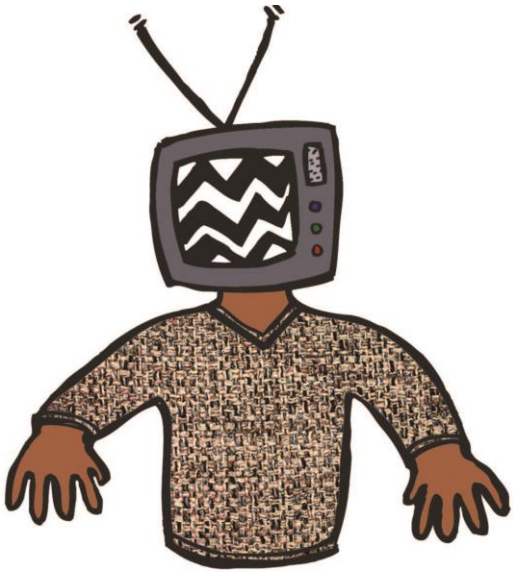
Televiziya meydana çıxdıqdan sonra bu mümarisələrin çoxu unuduldu. Dövrümüzdə uşaqlar necə əylənəcəklərini bilmir, özlərini nə ilə təəccübləndirə biləcəklərini təxmin etmir, vaxtlarını hansı isə əyləncə növünə həsr etmir, mütaliə və yaradıcılığı rədd edir, sadəcə olaraq, oturub "qutu"ya baxırlar.

Televiziya meydana gəlməzdən əvvəl uşaqlar müstəqil olmağı, dəyişməyi tez öyrənir, şəxsi bacarıqlarını tez dərk edir, ətraf mühitə inteqrasiya edir, bir-biri ilə aktiv ünsiyyət yaradırdılar. Üç yaşına çatdıqda onlar ətraf aləmi mənimsəməyə çalışırdılar.

İndiki dövrdə uşaqlara "dayə-televizor" təklif olunur: valideynlərə elə gəlir ki, uşaqları nə qədər ki öz otaqlarında oturub televiziya verilişlərini baxırlar, deməli, sakit və təhlükəsiz mühitdədirlər, başları qarışmışdır, valideynlərini məşğul etmirlər; əsas olanı budur ki, onları sakitləşdirmək üçün valideynin əlavə məşğuliyyət tapmasına ehtiyac yoxdur.

Bəli, televizora baxmaq uşağı, məsələn, küçədə, həyətdə oynayarkən başına gələ biləcək şeylərdən qoruyur: uşaq yıxılmır, yaralanmır, başına bəla gəlmir, valideynlərini acıqlandırmır... Amma balacalar uşaqlıq mərhələsini adladıqdan sonra televizor onları yenidən asılı hala gətirir.

Televiziya yaranmazdan əvvəl uşaqlar maraq dairələrini daima genişləndirir, yeni-yeni şeyləri sınaqdan keçirir, oyunlar fikirləşir, düşünür, oxuyur, təxminlər edir – bir sözlə, darıxmırdılar. İndi isə uşaqlar şikayətlənirlər ki, etməyə heç nə yoxdur, hər şey maraqsızdır. Görünür, onlar bu qədər təəssürat və informasiya bol-



luğuna əvvəllər düşməyiblər, eləcə də heç vaxt bu qədər darıxmayıblar! Televizora baxmaq təhlükəsizdir, vaxt keçirmək üçün zəhmət tələb etmir, amma maraqlı məşğuliyyət tapmaq çətin işə çevrilmişdir!

Bədii əsərlərin ekranlaşdırılması uşaqlardan xəyallarını oğurlamış, onlara şəxsi olanın əvəzinə başqasına aid olanı vermişdir. İndiki uşaqlar kitab qəhrəmanları ilə birlikdə böyümür, onların daxili aləmlərini, mübarizə və dəyərlərini başa düşmürlər. Onlar günlərlə kitab oxumaq, finala tədricən yaxınlaşmaq əvəzinə, televizora baxmaqla 90 dəqiqə ərzində bütün süjetlə tanış olmağa üstünlük verirlər. Uşaqlar qane olaraq deyil, əylənərək televizordan ayrılırlar – bu, səciyyəvi uzaqlaşdırma effektidir. Bizimlə kitablar arasında dərin əlaqə vardır; bu əlaqəni öyrənmək, izah etmək, kəmiyyətcə göstərmək mümkün deyildir, – məhz bu mühüm mənəvi əlaqəni televiziya təmin edə bilmir.

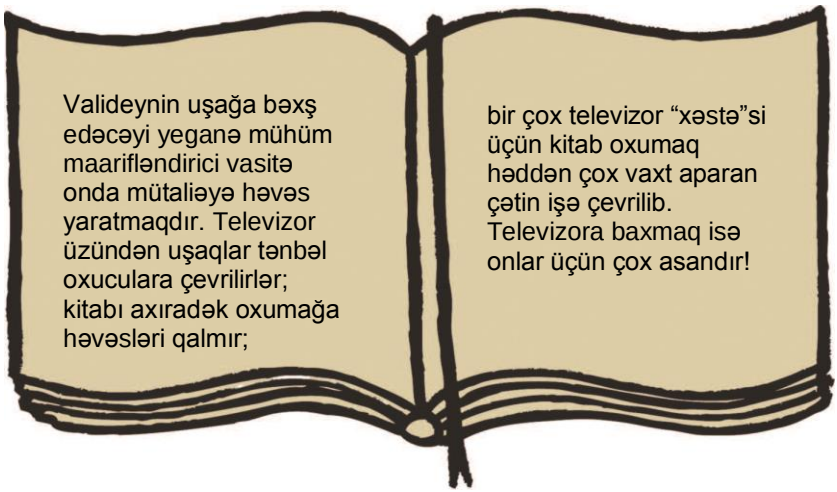
Keçmişdə asudə vaxtın bolluğu uşaqlara böyüklərdən asılılığı azaltmaq üçün sevimli işləri ilə məşğul olmaq imkanı verirdi; indi isə bir çox uşaq üçün asudə vaxt müşkülə çevrilib; onlar, sadəcə, bilmirlər ki, boş vaxtlarında nə ilə məşğul olsunlar; onların edə biləcəyi yeganə iş televizora baxmaqdır. Bəziləri hətta yemək yeyərkən, dostlarla danı-

şarkən, ev tapşırıqlarını yerinə yetirərkən ekran başında olurlar.

Televizora baxmaq ailə həyatına da təsir göstərir: gündəlik işlər televiziya verilişləri proqramına təhkim edilir, ailəvi ayinlər sıradan çıxır. Bir çox böyük şikayətlənir ki, ev mehmanxanaya və ya restorana çevrilib, ancaq yemək və yatmaq yeri halına gəlib; onlar çox vaxt başa düşmürlər ki, bütün bunlar ailə həyatında televizora mühüm yer vermənin nəticəsidir.

Sağlam ailələr üçün təcrübə mübadiləsi etmək, birlikdə müzakirə aparmaq, kollektiv ünsiyyət yaratmaq lazımdır. Məhz bu amillər ailədə möhkəm əlaqələri təmin edir. Əks halda, valideynin ailədə rolu uşağa yemək verməklə, onu geyimlə təmin etməklə məhdudlaşacaqdır.

Televizordan asılı olmaq ailənin birliyini sarsıdır, insanların ünsiyyət qura biləcəkləri vaxtı hədər edir. Amerika ailələrinin əksəriyyəti nahar vaxtı televerilişlərə baxır. Özü də bir televizorda deyil, evin künclərinə yerləşdirilmiş müxtəlif televizorlarda, müxtəlif verilişlərə! Onlar hətta təbiət, əxlaq haqqında verilişlərə, aktual xəbər proqramlarına baxsalar da, özlərini daha mühüm olan şeydən məhrum edirlər. Onlar gün ərzində etdiklərini bir-biri ilə bölüşürlərmi? Planlarını, fikirlərini bölüşüblərmi, zarafatlaşıblarmı, öz uğurları və arzuları haqqında danışıblarmı? Bu vəziyyətdə onları həqiqi ailə adlandırmaq olarmı? Televiziya ailəni dağıtmasa da, onu möhkəmləndirmir; yaradıcılıq üçün, inamlı əlaqələr üçün, ailənin mənəvi müdafiəsi üçün ayrılan vaxtı bizdən oğurlayır. Televizor uşaqların təlim-təhsili ilə məşğul olan valideynlərin yolunu kəsir.



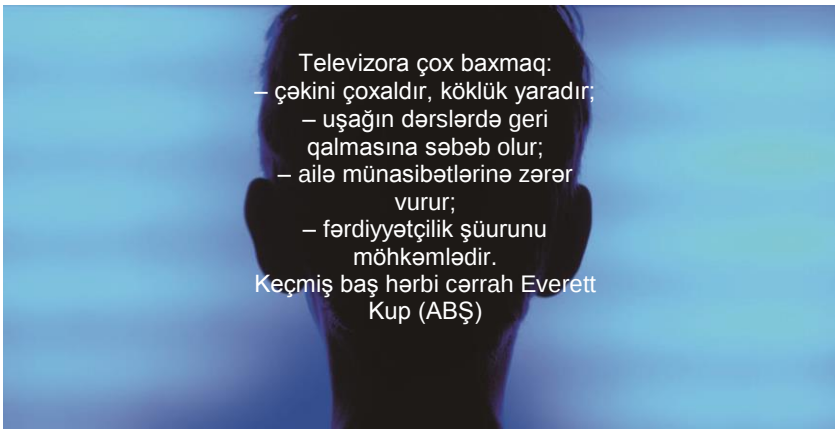
Televizora "yox" deyəkmi?

Televizora baxıb-baxmamaq məsələsini həll etmək ailə üçün çətin problemlərdən biridir. Bu, siqaretlə, alkoqollu içkilərlə, narkotiklərlə mübarizəyə oxşayır. Ailə üzvləri problemin dərinliyini başa düşürlər, amma çoxları güc toplayıb, televizoru "qova" bilmirlər. Bəziləri elə hesab edir ki, televiziya (hər şeydən əvvəl xəbər proqramları) dünyaya açılan pəncərədir. Başqaları isə onun dərin təsirini lazımınca qiymətləndirmir və elə hesab edirlər ki, televerilişlərin maarifləndirici əhəmiyyəti onlardakı çatışmazlığı aradan qaldırır; elələri də var ki, özlərini aldadırlar: biz uşağımızın nəyə və nə qədər baxdığına nəzarət edirik!

Televiziya yalanlar yaradır

Bir dəfə həkim ər və xanımı məsləhətləşmək üçün məni evlərinə dəvət etmişdilər. Ananın dedikləri məndə təəccüb yaratmışdı: "Mən əvvəllər elə düşünürdüm ki, ailə həyatı Hollivud filmlərində göstərildiyi kimi şən keçəcək, bizə heç bir məsuliyyət yükləməyəcəkdir". Əgər ali təhsilli insanlar televiziyanın çəkdiyi həyat "tablo"suna aldanırlarsa, onda

uşaqların bu mənfi təsirdən xilas olmaq şansına nə deyəsən?
İkinci sinifdə oxuyarkən müəllim bizə iki qoca haqqında əhvalat danışmışdı. Onların bir köpəyi və pişiyi vardı. Pişik sahiblərini aldadır, it isə onlara sadiq qalırdı. İt pişiyi qovmuş, pisik də ağaca çıxaraq qurtulmuşdu. Əhvalat bu sözlərlə bitirdi: "O gündən it pişiyi gördükdə arxasınca qaçır ki, onu dişləsin". Uzun illər inanmışdım ki, itlərin pişikləri qovmasının səbəbi vaxtı ilə pişiyin həmin mehriban qocalara etdiyi xəyanət olmuşdur. Müəllim bizə izah etməli idi ki, əhvalat uydurmadır. Çünki uşaqlar gördükləri və eşitdikləri şeylərə inanırlar. Həmçinin valideynlər uşaqlarına başa salmalıdırlar ki, televizorda görüb eşitdikləri heç də hər şey həqiqət deyildir.



Televizor asılılığından xilas olmağın yolları

Televizorun təsirini azaltmaq üçün valideynlər aşağıdakıları edə bilərlər:

– Televizoru evdə gözə dəyməyən yerdə qoyun. Televizor nə qədər çox əlçatmazdırsa, uşaqlarda bir o qədər az həvəs oyadır.
– Pultu gizlədin.
– Uşaq otağından televizoru çıxardın. Şəxsi televizora sahib olmaq uşağı ailəvi məşğələlərdən uzaqlaşdırır, ev işlərindən, düşünmə, mütaliə və yuxudan yayındırır. Belə olduqda valideyn uşağın nəyə baxdığına nəzarət edə bilmir.
– Süfrə başına toplaşdıqda və ya söhbət etdikdə televizoru söndürün.
– Televizora baxmaq saatlarını konkret şəkildə məhdudlaşdırın. Məsələn, gündüzlər yarım, axşamlar bir saat. Qaydalar qoyun. Məsələn, "Sən televizora baxa bilməzsən" qadağasını "Gəl filan şeyi etmək üçün televizoru söndürək" cümləsi ilə əvəz edə bilərsiniz.
– Həftənin müəyyən günlərini televizorsuz günlər elan edin (məsələn, dərslərin başlanmasından qabaqkı günləri).
– Televizora baxmağı mükafatlandırma vasitəsi seçməyin.
– İşləyən televizordan musiqi fonu kimi istifadə etməyin. Üstünlüyü radioya, musiqilərə, Quran disklərinə verin.
– Uşaqlar: "Darıxırıq" – dediklərində təslim olmayın. Boş vaxt məcbur edəcəkdir ki, birlikdə oynasınlar, nə isə fikirləşsinlər.
– Televizorun ailəvi ünsiyyəti (birlikdə söhbət və idman etmək və s.) əvəzləməsinə imkan yaratmayın.

Televizor haqqında deyilənlər

“Televizor uşağı dəfedilməz gücdən tərpənməz əşyaya çevirib” (Naməlum).

“Evə gəldiyinizdə yad bir adamın uşaqlarınıza bir-birinə vurmağı öyrətdiyini, onlara mümkün olan hər şeyi satmağa çalışdığını görsəniz, onu qovarsınız. Evdəsiniz, televizor işləyir və siz onu qovmaq haqqında heç fikirləşmirsiniz” (Cerom Singer).

“Televiziya psixiatriyanın nailiyyətlərini təbliğ etmək istiqamətində çox iş görüb, amma insanları bu sahədən asılı hala gətirmək üçün də az iş görməyib” (Alfred Hiçxok).

Televiziya haqqında faktlar

– Orta amerikalı hər gün, demək olar ki, beş saat televizora baxır.
– Amerika məktəblərindən məzun olanların 86 faizi imtahanlarda pis nəticə göstərmişdir. Məlum olmuşdur ki, onlar hər gün altı saat televizora baxırmışlar.
– Amerikalı yeniyetmələr 18 yaşadək televizorda 200 000 zorakılıq, 16 000 qətl səhnəsinə tamaşa edirlər.
– Artıq çəkidən əziyyət çəkən amerikalı uşaqların sayı 1980-ci illə müqayisədə iki dəfə artmışdır. Buna müəyyən qədər televizor və pis qidalanma səbəb olmuşdur.

Televizoru söndürün!
Həyatı yandırın!

"Uyuşdurucu" cihazlar – televizor və kompüterin ailə həyatına təsiri
Uşaqlarınız həyatdan zövq almaq yerinə televizora baxmağamı üstünlük verirlər?
“Televizora baxmaq məhdudiyyəti qoyulmuş ailələrin uşaqları televizora baxmaq sərbəstliyi olan ailələrin uşaqlarından daha xoşbəxt və bacarıqlıdırlar” (Winn 2002).

Amerikalı baş cərrah xəbərdar edir:
"Televiziya savadsızlığı artırır!"

Faydalı qayda: Dərs günləri gecələr televizora baxmaq olmaz
Qətiyyət və əzmkarlıq çox mühümdür! Televizora baxmaq məhdudiyyəti qoymuş ailələrdə uşaqlar televizorsuzluğa vərdiş edirlər.

Televiziya mədəniyyətimiz

Kilpatrik (1993) qeyd edir ki, bir çox ailədə televizor mədəni vakuuma səbəb olur. Televiziya artıq mədəniyyətin bir hissəsi deyil, əksinə, onun fövqündə dayanan bir şeydir. ABŞ-da televiziya əsas əyləncə vasitəsi olmaqla yanaşı, sosial həyatı müəyyənləşdirən reallıqdır: nə yeməli, nə barədə düşünməli, nəyə can atmalıyıq, – bütün bunları televiziya müəyyən edir. Televiziya bizə prioritetlərimizin nə olduğunu söyləyir, nəyin vacib olduğunu, nəyin də olmadığını deyir; baxış tərzimizi formalaşdırır, diqqətimizi baş verənlərə çəkir, hadisələrə mühümlük qazandırır, yaxud onların əhəmiyyətsiz olduğunu təlqin edir. Din bir çox amerikalı ailənin həyatında mühüm rol oynasa da, televiziya qəhrəmanları üçün arxa planda dayanır: çoxseriyalı filmlərin personajları nadirən

ibadətxanalara gedirlər; onlar köməyi dində axtarmır, Allahdan mənəvi dəstək istəmirlər. Televiziya cinsi əlaqənin mü-

hümlüyü haqqında təsəvvürlər aşılayır, amma təbliğ olunan cinsi əlaqə nadirən nikah daxilində baş verir; çox vaxt söhbət nikahdankənar cinsi əlaqədən gedir.

Televizorun uşaqları korlamadığını düşünənlər yanılırlar: televiziya uşaqlara sahib olmadıqları şeyləri tələb etməyi, sahib olduqları şeylərdən isə xəbərsiz qalmağı öyrədir. Televiziya əsas diqqəti "qəşəng" insanlara verir, nəticədə uşaqlar öz görünüşlərindən narazı qalır, kosmetik "gözəlləşmə" üsulları haqqında düşünürlər. Televiziya iman və Allah inancına əsaslanan əxlaq dəyərlərini "heçə saymaqla" din haqqında tutqun təsəvvürlər yaradır, uşaqlarda erkən seksuallıq meylləri formalaşdırır. Məsələn, "Disney" cizgi filmlərində alt geyimində gəzən balaca "gözəlçələr"i görən uşaqda hansı təsəvvürlərin yarandığını siz təxmin edin!

Valideyn uşağın televizorda zorakılığa, seksə, biədəb səhnələrə baxmasını, sağlam olmayan qidalar, faydasız oyuncaqlar haqqında reklamlarla tanış olmasını istəmir. Buna baxmayaraq, çoxları soruşur ki, maarifləndirici verilişlərə baxmağa dəyərmi? Siz təəccüblənəcəksiniz: müəllim və uşaq psixoloqlarının böyük

əksə-riyyəti bu suala "yox" cavabını vermişdir. Çünki televizora baxmaq:

– mütaliə ilə müqayisədə daha az enerji tələb edir;
– öyrənməyə, bir sıra müsbət bacarıqlar qazanmağa mane olur;
– suallara cavab, problemlərə həll tapmaq həvəsini öldürür.
Televiziyanın zərəri faydasından qat-qat çoxdur.

Evimizdəki yad qonaq

"Mən doğulmazdan bir neçə ay əvvəl atam küçədə balaca şəhərimizə yenicə gəlmiş yad adamla qarşılaşmışdı. Atamın ondan o qədər xoşu gəlmişdi ki, onu evə, ailəmizlə yaşamağa dəvət etmişdi. O, mən doğulduğumda bizimlə eyni evdə yaşayırdı. Böyüdüyümdə onun necə olub ailəmizin üzvünə çevrilməsi haqqında soruşmamışdım. Anam mənə Allaha inanmağı, atam isə ibadət etməyi öyrətmişdi. Amma hekayə danışanımız həmin yad şəxs idi: o, macəralarla, sehr və yumorla dolu qəribə hekayələr danışır, axşamlar bütün ailəmizi bir neçə saatlığa məşğul etməyi bacarırdı. Ailədə hər kəsin dostuna çevrilmişdi. Atamla məni ilk basketbol maçımıza məhz o aparmışdı. O, bizi filmlərə baxmağa həvəsləndirirdi. Bizi hətta bir neçə kino ulduzu ilə tanış etmişdi. Onun ailəmizə təsiri getdikcə artır və o, hey danışırdı. Atam etiraz etmirdi. O bizə uzaq ölkələr haqqında danışanda anam bəzən sakitcə yerindən qalxır, otağına gedib İncil oxuyur, dua edirdi. Bəzən fikirləşirdim ki, anam bu yad adamın evimizdən getməyi üçün dua etməyib ki? Başa düşürsünüzmü: atam hər kəsdən qaydalara riayət tələb edirdi, amma yad adam bu qaydalara tabe olmaq zərurətini özündə hiss etmirdi. Məsələn, ailəmizdə heç kim: nə böyüklər, nə də kiçiklər söyüş söymürdü, amma bizim bu qonaq atamın yerində qurdalanmasına səbəb olan nalayiq sözlərdən istifadə edir, lakin cəzalandırılmırdı. Atam evə heç vaxt spirtli içkilər gətirmirdi. Yad adam isə bizə pivə və digər spirtli içkilər təklif edirdi. O, siqaretlərin necə ətirli oldu-

ğunu deyir, çəkinmədən seks haqqında danışırdı. Onun şərhləri bəzən iyrənc, bəzən qıcıqlandırıcı, bəzən də narahatedici idi. İndi xatırlayıram ki, mənim qadın-kişi münasibətlərinə dair ilk təsəvvürlərim həmin yad adamın təsiri ilə formalaşıb. Çevrilib keçmişə nəzər saldıqda başa düşürəm ki, ancaq Allahın mərhəməti sayəsində həmin yad adam bizə çox təsir edə bilməyib. O, valideynlərimin dəyərlərinə qarşı çıxırdı – bunu ona nadirən irad tuturdular, çıxıb getməsinə isə icazə vermirdilər. Onun bizə gəlməsindən 30 il keçib. Əgər siz valideynlərimin evinə gəlsəniz, görəcəksiniz ki, o, küncdə oturub onun hekayə və şəkilləri ilə maraqlanacaq şəxsləri gözləyir. Adınımı öyrənmək istəyirsiniz? Onun adı Televizordur" (naməlum).

Televizora baxmaq vərdişimizi necə dəyişə bilərik? (bəzi ailələrin şəxsi təcrübəsindən)

İki və beş yaşında uşaqları olan Süzan başa düşmüşdü ki, əvvəlcə özü televizor asılılığından xilas olmalıdır. Onun uşaqları televizora çox baxmırdılar: həftədə bir-iki verilişlə kifayətlənirdilər. Televizora baxmaq onların gündəlik adətinə çevrilməmişdi. Meri Vinnin "Rozetkaya qoşulmuş narkotik" (The Drug in Plug) və Ceyn Hilinin "Təhlükədə olan düşüncələr" (Endangered Minds) kitablarını oxuduqdan sonra Süzan əmin olmuşdu ki, televerilişlərə ailəliklə daha az baxmaq lazımdır: "Biz kabel televiziyasından imtina etdik, bizim antenamız yoxdur, buna görə də bizdə kanallar yaxşı göstərmir və televiziya bizi tovlayıb yoldan çıxarmır".

Uşaqların baxdıqları verilişlərin sayı və məzmununa məhdudiyyət qoyun

Pem qərara gəlmişdi ki, Milli Televiziyasızlıq Həftəsində iştirak etsin. Onun 4, 11 və 13 yaşlı uşaqları əvvəlcə mızıldandılar, amma sonradan şikayətlənməyi kəsdilər: özlərinə həftəlik məşğuliyyət tapmışdılar. Oğlanları çoxlu mütaliə etdilər, oynadılar, azyaşlı bacılarına topla oynamağı öyrətdilər. Uşaqlar ailəliklə asu-

də vaxt keçirdilər, bir-birlərinə qarşı daha mehriban oldular. Televiziyanın olmamağı ailəvi ünsiyyət üçün vaxtın tapılmasına səbəb olmuşdu.

Uşağa onda görmək istəmədiyiniz hərəkətlərin göstərildiyi filmlərə baxmağa icazə verməyin

Bəzi valideynlər vaxtaşırı olaraq televizoru söndürür və razılaşırlar ki, şərait belə tələb edir. Keynin ailəsi ailəliklə məzuniyyətdə olarkən televizoru heç yandırmırlar: "Biz istirahətdə idik, dəyişiklik etmək üçün əlverişli vaxt idi. Qızımız əvvəl-əvvəl bu barədə soruşdu, amma biz onun fikrini yayındıra bildik".

Valideynlər elə düşünürlər ki, uşaqlar üçün həmişə əyləncə tapmaq lazımdır. Onlar bu işdə uşaqlarına kömək etməyi özlərinə borc bilirlər: "Bax sənə edəcəyin şey tapmışam". Amma müəyyən vaxtdan sonra sakitləşir, uşaqlarına özləri-özlərinə məşğuliyyət tapmağa icazə verirlər.

Balacalar valideynlərinə ev işlərində həvəslə kömək edirlər. Məsələn, onlara təklif edin ki, yemək hazırlamaqda sizə kömək etsinlər. Valideyn öz uşağına nümunə olmalı deyildirmi?! Əgər uşaq görsə ki, valideyn televizor olmadan dincəlir və ya nə iləsə məşğuldur, o da "qutu"suz keçinə biləcəkdir.

Televizor barədə xəbərdarlıq

Televizor ən çox alışdığımız şeylərdən biridir. Uşaqlar hiss etsələr ki, onları televizora baxmaqdan güc yolu ilə məhrum ediblər, bunu hüquqlarının tapdanması kimi qəbul edəcək, televizora baxmaq üçün başqa "təhlükəsiz" yerlər axtaracaqlar. Aşağıda göstərilənlər problemi həll etməyə imkan verir:

– Uşaqları xoşlarına gələn işlərlə məşğul edin (elmi layihələr, mədəni istirahət, mənəvi-fiziki çalışmalar);
– Uşaqlara təklikdə televizora baxmağa mümkün qədər icazə verməyin: valideynləri onların yanında oturmalı, verilişlərə dair izahlar verməlidirlər. Onlara zorakılıq və biədəb səhnələrə qarşı mənəvi immunitetlərini gücləndirməyə kömək edin. Onlarda günahlara əngəl olacaq iman formalaşdırın. Valideynlərin olmadığı vaxtlarda, təklikdə qalan uşaqlara iman kömək edir.
– Müəyyən proqramlara blok qoyan xüsusi sistemlərdən istifadə edin (Məsələn, 1999-cu ildən V-chip bloklama sistemi fəaliyyət göstərir: ondan istifadə edə bilərsiniz).

Mütəxəssislər uşaq televiziyası haqqında

Spok (1998) və Amerika Pediatriya Akademiyasına (1999) görə, balacalar ümumiyyətlə televizora baxmamalıdırlar. Belə ki balacaların televerilişlərə baxmaları gec danışma vəziyyətinə, diqqətsizliyə, koqnitiv inkişafın ləngiməsinə səbəb olur: "Televiziyanın elmi cəhətdən sübut olunmuş müsbət cəhətləri yoxdur, amma onun zərərləri haqqında çoxlu təkzibolunmaz dəlillər vardır".

Rouzmond (1993) təklif edir ki, oxumağa başlamadıqca, kitabları sevmədikcə uşağa televizora baxmağı qadağan etmək lazımdır. Hətta bundan sonra onun televizora baxmağı həftədə 5 saatadək məhdudlaşdırılmalıdır.

Renkin (2006) göstərir ki, əsaslı tədqiqatlara görə həftədə gündə üç saat və daha çox televizora baxmaq şagirdin dərslərində geri qalmağı ilə nəticələnir. Amma diqqətlə seçilmiş maarifləndirici verilişlər faydalı ola bilər. Elə seçmək lazımdır ki, verilişlər yaradıcı fəaliyyəti artırsın.

Uşağınızla ilhamverici və faydalı hekayələri, şerləri bölüşün (Bennet 1996).

Televizora baxmağın alternativləri

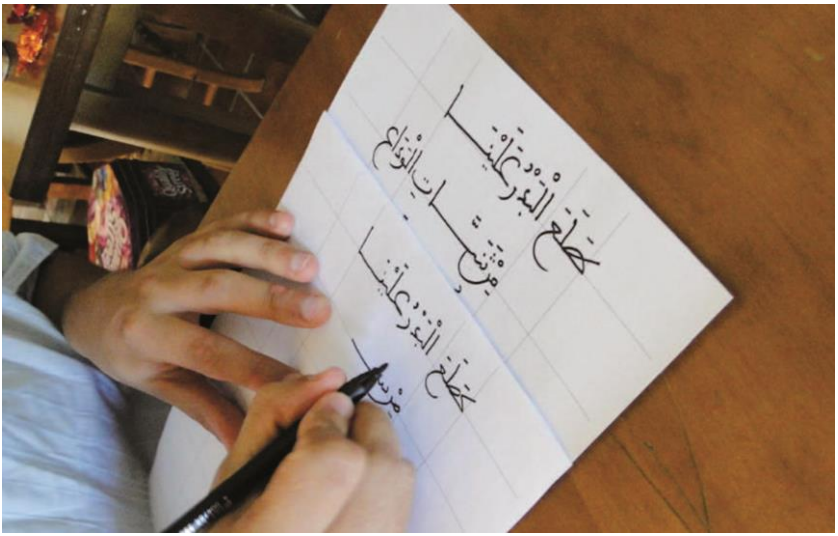
Valideynlərin əksəriyyəti asudə vaxt keçirmək üçün münasib məşğuliyyət növləri olmadığından uşaqlara televizora baxmağa icazə verir. Bərk yorulduqları üçün böyüklərə uşaqların başlarının televizora qarışmağı sərf edir: bu vaxt onlar dincələ bilirlər. Televizorun ailəyə vurduğu ən böyük zərər, bəlkə də, ailəvi ünsiyyəti aradan qaldırmasıdır. Televizora baxmağın alternativlərinə nəzər salaq.

Pullarınızı oğurlayan şəxslə necə davranardınız? Bəs ailə həyatınızdan vaxtınızı oğurlayana nə deyirsiniz: onunla necə hərəkət edərdiniz? Televizorun oğurladıqları pulunuzun oğurlanmasından daha mühümdür: o sizin xoşbəxtliyinizi əlinizdən alır! Siz yenidən pul toplaya bilərsiniz, amma vaxt və xoşbəxtliyin yerini heç nə ilə doldurmaq olmur.
Uşağın yaşına uyğun variantı seçə bilərsiniz. Ailədə seçilməsi üçün 1000 alternativ təqdim edən kitablar vardır.

Bəzi alternativləri sizə təqdim edirik:

1. Qala tikmək
2. Yerli ərazini təmizləmək kampaniyası keçirmək
3. Kitabxanadan kitab götürmək
4. Radioya qulaq asmaq
5. Zooparka və ya muzeyə getmək
6. Şəkil çəkmək
7. Şəhər mərkəzində və ya parkda gəzmək
8. Hovuzda üzmək
9. Kiçik qardaş və ya bacıya hündürdən kitab oxumaq
10. Seyrə çıxmaq (şəhərkənarına, yaşıllıq ərazilərə)
11. Velosiped sürmək
12. Nəğmə və ya şer əzbərləmək
13. Quşlara tamaşa etməyə getmək
14. Kəndirdə tullanmaq
15. İcma könüllüsü olmaq və ya hansı isə xeyriyyə layihəsində iştirak etmək
16. Çadır düşərgəsi salmaq (evin həyətində də ola bilər)
17. Dosta, qohuma, nənəyə məktub yazmaq
18. Gül, tərəvəz, ot əkmək
19. Jurnal oxumaq
20. Şahmat oynamaq
21. Özünə və dostuna "dostluq bilərziyi" düzəltmək
22. İstifadə olunmayan əşyaları qaçqınlara kömək fonduna vermək
23. Gündəlik tutmağa başlamaq
24. Kitab mağazasına getmək
25. Ailə fotoalbomlarına baxmaq
26. Taxtadan rəflər düzəltmək
27. Hədiyyələr düzəltmək
28. Nağıl fikirləşmək və yazmaq
29. Yarpaqlardan kolleksiya düzəltmək
30. Axşamlar binoklla səmaya baxmaq, bürcləri tapmaq, Ayı müşahidə etmək
31. Qonşulara peçenye bişirmək
32. Ailənin ən böyük üzvündən öz uşaqlığı haqqında danışmağı xahiş etmək
33. Mürəbbə bişirmək
34. Yoğurt hazırlamaq
35. Boulinqə getmək
36. Futbol, basketbol, voleybol, tennis oynamaq
37. Müxtəlif dinlərin məbədlərinə ekskursiya etmək, dini mərasimlərdə iştirak etmək
38. Beldə kisə ilə qaçmaq
39. Çap maşınında yazmağı öyrənmək
40. Kompüterdən istifadə etməyi öyrənmək
41. Maşın sürməyi öyrənmək
42. Gizlədilmiş şeyləri müxtəlif əlamətlərinə görə tapmaq (gizlənqaç oynamaq)

43. Əllə paltar yumaq
44. Mənzili təmizləmək
45. Oxunmuş jurnala resenziya yazmaq
46. Ailə büdcəsini müzakirə etmək
47. Ziyafət təşkil etmək
48. Pəncərələri təmizləmək
49. Ailə və ya dostlarla birlikdə yemək bişirmək
50. Bayrama hazırlaşmaq
51. Dostlarla kitab və ya jurnal mübadilə etmək
52. Ev heyvanına qulluq etmək
53. Şəxsi otağı təmizləmək
54. Sevimli yazıçıya məktub yazmaq
55. Həyətdə (bağda) işləmək
56. Kağızdan təyyarə düzəltmək və uçurmaq
57. Quş yuvası və ya ağacdan termometr və barometr asmaq
58. Ailəliklə çay qırağında çay içməyə getmək
59. Tamaşa təşkil etmək
60. Kirşədə sürüşmək, qaradam düzəltmək
61. Pazlları toplamaq (müxtəlif formalı şəkil fraqmentlərindən (hissələrindən) ibarət mozaikanı qurmaq)
62. Ailəliklə və ya dostlarla stolüstü oyunlar oynamaq
63. Qarışqalar üçün "ferma" tikmək
64. Həyətdə çay qonaqlığı təşkil etmək
65. Oduncaq və ya kağızdan qayıq düzəldib suya buraxmaq
66. Ailə üzvlərinin portretlərini çəkmək
67. Kompasdan istifadə etməyi, xəritəni oxumağı öyrənmək
68. Metr sistemini əzbərləmək
69. Tikməyi öyrənmək
70. İnəkləri sağmaq
71. Lətifələr toplamaq, dəftərə yazmaq, ailəyə və dostlara danışmaq
72. Alınmalı şeylərin siyahısını yazmaq
73. Müxtəlif dillərdə əsas sözlərin (salam, sağ ol, sabahın xeyir, bəli, yox, saylar, həftənin günləri) tələffüzünü öyrənmək.
74. Köhnə qəzet və jurnallardan şəkil kəsmək və dəftərə yapışdırmaq
75. Qocalar evinə getmək
76. Birlikdə kitab oxumaq
77. Uzun məsafə qət etmək
78. Yaşlı adamla söhbət etmək, söhbəti qeydə almaq
79. Kəndə səfər etmək
80. Günəşin batmağı və çıxmağına tamaşa etmək
81. Müxtəlif məscidlərdə camaat namazında iştirak etmək



Daha ciddi variantlar

Aşağıda uşaqlar üçün daha ciddi məşğələlər göstərilmişdir (Beshir və həmmüəlliflər, 1998):

İcma fəaliyyəti

– Xarici dilləri öyrənmək.
– Gənclər düşərgəsini ziyarət edin. Uşaqlar, xüsusən uzun müddətə gələnlər üçün kifayət qədər faydalı məşğələlərin təşkil olunub-olunmadığına əmin olun. Düşərgənin tədbirlər planında əyləncəyə, idmana, oyunlar və müzakirələrə yer verilməlidir.
– İdman klublarına yazılmaq.
– Dini nəğmə qruplarına yazılın. Münasib nəğməni seçin, uşaqlara əzbərlədin, müxtəlif tədbirlərdə oxumalarına icazə verin.
– Böyüklərin nəzarəti altında təşkil olunan, uşaqlarda sevinc hissi yaradan, onlara öz aralarında sıx münasibət yaratmağa kömək edən gecələrə, bayramlara getmək.
– Yağışda, günəşdə və qarda oynamaq (təbii ki, təhlükəsizlik qaydalarına riayət etmək şərti ilə).

Ömər ibn Xəttab demişdir:
"Uşaqlara üzməyi, ox atmağı, at sürməyi öyrədin".

– Özünümüdafiəni öyrənmək.
– Təcvid və poeziya dərslərinə yazılmaq.
– Yanğın zamanı necə hərəkət etməyi öyrənmək.
– Natiqlik bacarığını inkişaf etdirmək.
– Müzakirələrdə iştirak etməyi öyrənmək.
– Ərəb xəttatlığını öyrənmək.
– İlk tibbi yardım göstərməyi öyrənmək.
– Ova getmək.

Təbiətdə

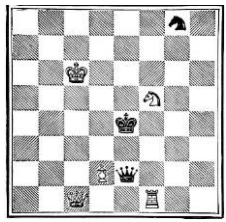
– Təbiəti öyrənin. Ailə ilə birlikdə təbiət qoynuna çıxın, gəzin, quşları, həşəratları, ilanları müşahidə edin, çiçəkləri öyrənin. Bu işdə velosiped karınıza gələ bilər.
– Ulduzları müşahidə edin. Ulduzları müşahidə etmək yaxşı məşğuliyyətdir. Göyün ulduz xəritəsindən istifadə edin. Adyal və meyvə götürüb gecə işıq az olan yerə (arxa həyətə, sahəyə, təpəyə) gedin. Tam qaranlıq düşdükdə səmada bürcləri tapmağa çalışın. Qoyun uşaqlar gördükləri ulduzlar əsasında xəyali təsvirlər qursunlar.

Oyunlar

– Maşınla harasa getdikdə sərnişinləri iki dəstəyə ayırın: sağ və sol dəstələr. Hər dəstə gördüyü inəkləri, qoyun və atları, yaxud pişikləri, it və quşları sakit səslə saysın. Onlar ancaq öz tərəflərində olan heyvanları saya bilərlər. Dəstələrdən birinin cəhətində başqa təyinatlı şey (məsələn, qəbiristanlıq) görsəniz, bildirin ki, onların saydıqları "yandı", yenidən saymağa başlasınlar.
– "Əlifba" oyunu oynayın. Məsələn, maşında gedərkən oyunçulardan hər biri oturduğu tərəfdən gördüyü yol işarələrinə uyğun olaraq hərfləri ardıcıllıqla yığmalıdır. Digər tərəfə baxmaq olmaz. Z hərfinə birinci çatan oyunun qalibi olur.
– Səyahət vaxtı avtomobillərin nömrə nişanlarını ölkə və regionlar üzrə "toplayın".
– "Gördüyümü tap" oyunu. Bu oyunla iki yaşlı qızınızı bir neçə dəqiqəliyinə məşğul edə bilərsiniz. Siz ətrafa baxır və qızınıza deyirsiniz: "Mən nə isə qırmızı şey görürəm". Bundan sonra qızınıza sizin gördüyünüz "qırmızı şey"i tapmağı tapşırırsınız. Və ya

belə deyə bilərsiniz: "Mənim gözüm a hərfi olan şey gördü. Tap görək nədir?"

– Şahmat oynayın. Şahmat uşaqlarda düşünmə qabiliyyətini artıran ən effektiv vasitələrdən biridir. Şahmat dözüm və əqli intizam aşılayır. Siz öz rəqibinizin strategiyası ilə tanış olmaqla onun necə düşündüyünü öyrənə bilərsiniz: o, hücum edir, yoxsa müdafiə olunur? O, riskə gedirmi?



Təbiətdə səslər

Qoyun uşağınız yerdə oturub, gözlərini yumsun, ətrafa diqqət və sakitcə qulaq assın. Eşitdiyi səsləri saysın və nəyin səsi olduğunu müəyyənləşdirsin: quşların cikkiltisimi, həşəratların vızıltısımı, qurbağaların qurultusumu və s.

Uşaqlara təbiəti göstərin

Uşaqlarınız meşələri, çayları, dağları tərk edərək televizora üz tuturlar. Onları təbiətə qaytarın.

Uşaqlarınızla yemək yeyin

Kolumbiya Universiteti Zərərli Vərdişlər üzrə Araşdırmalar Milli Mərkəzinin apardığı tədqiqat göstərmişdir ki, ailəsi ilə nahar edən uşaqlar yaxşı ünsiyyət qurur, yaxşı oxuyur, daha az gərgin olur, valideynlərinə daha çox güvənirlər. Ailəvi naharlar təkcə birlikdə yemək mənasına gəlmir; yemək stolu ətrafında söhbət etmək valideynə imkan verir ki, uşaqların şəxsi həyatını öyrənsinlər, problemləri və gələcəyə dair planları ilə tanış olsunlar. ABŞ-da valideynləri ilə heç vaxt nahar etməyən uşaqların 72 faizi siqaret çəkir, spirtli içki və narkotik maddələr qəbul edir.

İnternetdən ifrat istifadənin zərərləri

Televiziyaya aid edilən zərərlərin çoxu kompüter və videooyunlara da şamildir. Valideynlər uşaqları kompüterdən çox istifadə etməyə həvəsləndirirlər. Onlara görə, kompüter bütün xeyirli əməllərin mənbəyidir! Əslində belə deyildir. Onlar elə zənn edirlər ki, uşaqlar kompüterdən qədərində və məsuliyyətlə istifadə edəcəklər. Reallıq isə budur ki, uşaqların çoxu kompüter arxasında "vaxt öldürür", boş-boş yazışmalar edir, faydasız saytlara girir, pornoqrafiyaya baxır.

Televizor qarşısında olduğu kimi, kompüter arxasında da davamlı şəkildə oturmaq süstlük yaradır, köklüyə səbəb olur, dərslərdə geri qalma ilə nəticələnir, canlı ünsiyyət imkanlarını məhdudlaşdırır. Həmçinin uşaqlar internet reklamlarının təsirindən qorunmuş deyillər.

Kompüter və internet informasiya əldə etməyin ən yaxşı vasitəsi olsa da, valideynlər kompüterdən istifadəyə nəzarət etməli, giriş parolları qoymalı, müəyyən saytlara girişi əngəlləməlidirlər.

Uşaqlara internetdə çox vaxt keçirməyə icazə verməyin, kompüteri hamının gördüyü yerdə yerləşdirin.

Kompüter oyunları

Kompüter oyunları uşaqların, xüsusilə oğlanların vaxtını hədər edir. Təhlükəsiz görünən oyunlar uşağa zərər vurur.

Bir çox kompüter oyunu aqressivliyə, zorakılığa əsaslanır, ciddi asılılıq yaradır. Həddindən artıq oyun oynamaq ölüm hallarına da səbəb olur. Məsələn, Cənubi Koreyada kompüter oyunlarına hədsiz aludə olmuş uşaqlar arasında bir neçə ölüm faktı qeydə alınıb (BBC News, 2005).

Atışma oyunlarında insan həyatı əhəmiyyətsiz şey kimi təqdim olunur. Bəzi ölkələrin ordularında əsgərlərə təlim məqsədilə bu cür kompüter oyunları oynadırlar.

“Fentezi” oyunlarında cadugərlik, demonologiya və okkultizm motivləri vardır. Təəssüf ki, texnologiyanın inkişafı ilə bu oyunlar reallığa daha çox oxşayır. Real dünyanı fantaziya ilə səhv salmaq çox

təhlükəlidir. Uşaqları reallıqdan qaçmağa həvəsləndirmək olmaz; əksinə, onlara reallığı bütün çətinlikləri ilə öyrətmək lazımdır.

Valideyn uşağın kompüter oyun-larına ayırdığı vaxtı məhdudlaşdırmalı, oyunların seçilməsinə diqqət etməlidir.

Video-oyunlar və uşaqlar

Video-oyunlar keçən əsrin 70-ci illərində meydana çıxmış, uşaqlar arasında kütləvilik qazanmışdır. Zorakılıq, spirtli içkilərdən sui-istifadə, narkotiklər, seks bu oyunlarda əsas motivləri əmələ gətirir.

Paduka (Kentukki), Consboro (Arkanzas), Litlton (Kolorado) və Bleksburq (Virciniya) – bu dörd şəhərdə məktəblilər arasında atışmalara olurdu. Məlum olmuşdur ki, həmin məktəblilər həmişə belə oyunlar oynayırlarmış. Kolumbayn məktəbində (Gibbs, 1999) Erik Harris və Dilan Klibold adlı iki yeniyetmə 13 nəfəri öldürüb, 23 nəfəri yaraladıqdan sonra intihar etmişdilər. Onlar "Dum" (Doom) oyununu oynamağı sevirmişlər. Həmin oyunda tez atəş açmaq və daha çox qurbanı az müddətdə öldürmək əsas motivdir. Uşaqlar zorakılıq aktları stimullarına nə qədər çox məruz qalırlarsa, onların bunu insanlarda təcrübədən keçirmək ehtimalı daha da artır (Clark 1993).

Uşaqlardakı aqressiv davranışlarla oyun zamanı qazandıqları "aqressiv" təcrübə arasında əlaqə vardır. Uşaq nə qədər çox amansız oyunlar oynayırsa, ətrafda olan insanlarla bir o qədər çox ünsiyyət problemi yaşayır.

Video-oyunlar cəmiyyətə və dinə zidd davranışlar aşılayır, təhqir, qətl və oğurluq hallarının artmasına müəyyən qədər şərait yaradır.

Oğlanlar qızlarla müqayisədə daha çox oynayırlar. Çünki əksər kompüter oyunlarının süjet və rolları kişilər üçün nəzərdə tutulub, qadınlar qurban rolunu oynayırlar. Bir çox oyunda ssenari qaçırılmış qadınların xilas edilməsi ilə əlaqədardır (Funk 1993).

Televizor və kompüter oyunlarına aludə olmaq aqressiv davranışla, dərslərdə geri qalmaqla, erkən cinsi fəaliyyətlə, köklüklə, narkotiklər və spirtli içkilər qəbul etməklə əlaqəlidir. Amansız oyunlar ədavət və zorakılığa hazırlıq üçün bir növ məşq etməkdir.

Amansız oyunlara aludəlik:
– fiziki təsirlənməyə;
– aqressiv davranışlara;
– sosiallaşma səviyyəsi və ünsiyyət bacarığının azalmasına;
– cəmiyyət əleyhinə davranışların yaranmasına, mənəvi həmrəylik hissinin azalmasına səbəb olur.

Televiziyada gender fərqlərinin təsviri

– Kişi-qadın münasibətlərində kişilər adətən aparıcı rol oynayan fiqurlar kimi təqdim olunur.

– Televiziya kişiləri, bir qayda olaraq, rasional, həris, ağıllı, güclü, uğur qazanan, qadınları isə romantik, itaətkar, qorxaq və ya şər, hiyləgər, sek-

suallığından istifadə edib tor quranlar kimi təsvir edir.

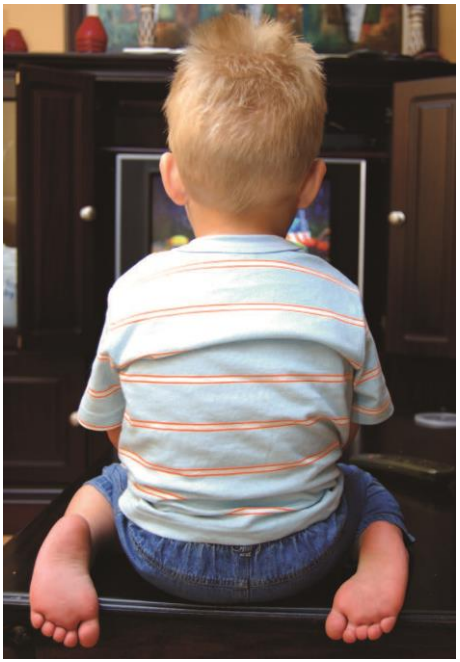
– Qəhrəman kişi obrazı yaradılarkən əsas diqqət gücə, bacarığa, fəallığa, qadın qəhrəman obrazı yaradıldıqda isə cazibədarlığa, arzuolunanlığa verilir. Bu vaxt müəyyən qadın obrazı təbliğ olunur. Bu qadın gəncdir, boy-buxunludur, fiziki cəhətdən qüsursuzdur.

– Televerilişlərin əksəriyyətində ailə münasibətləri dəyər kimi təqdim edilmir. Kişilər üçün evlənmək və ailənin dəyəri yoxdur. Qadınlar əsasən seksual obyekt kimi nəzərdən keçirilir. Kişilər çox vaxt balaca uşaqları ilə baş edə bilmirlər (Seidman 1999; Davis 1990; Beal 1994).

Amerika musiqilərində qadınlar cinsi həzz vasitəsi kimi göstərilir. Onlar kişilərin diqqətini cəlb etməyə çalışırlar. Rep musiqi kasetləri və ya disklərinin üzərində ehtiraslı qadın şəkilləri yapışdırılır. Kliplərdə qadınlar çox vaxt yarıçılpaq və alt paltarında, kişilər isə adətən paltarlı göstərilir.

Kompüter ailəyə qarşı

Kompüter oyunlarının çoxunda fərdi fəaliyyət üstünlük, kollektiv iş, əməkdaşlıq isə azlıq təşkil edir. Kompüter oyunlarının adəti ssenarisi budur ki, naməlum qəhrəman naməlum düşmənə qarşıdır. Bu yaxınlaradək kompüter oyunlarında komanda fəaliyyəti motivləri çox az idi. Bir çox oyunda kriminal dəstələr tərifl ənir, bayağılıq reklam olunur, qadına qarşı zorakılıq və sərtlik təbliğ olunur.



Nəticə

– Kompüterdə az oynayan uşaqlar dərslərini daha da yaxşı oxuyur, nadir hallarda aqressiv olurlar.
– Amansız oyunlara qadağa qoyun, maarifləndirici olanlarını oynamağa həvəsləndirin.
– Uşağa televiziya və kompüter oyunlarının təsirinə qarşı qətiyyət, iradə, əzmkarlıq aşılayın.
– Uşaqların kompüterdə oynamağına vaxt məhdudiyyəti qoyun.

Televizoru söndür, həyatı yandır.

Uşaqlarınızla ünsiyyətdən daha çox həzz alın, onlarla çox vaxt keçirin. Valideyn qayğısı çox çətin işdir, amma eyni zamanda ən xeyirli məşğuliyyətdir, – o, bilik, yaradıcılıq və iman tələb edir. Hər gün uşaqlarınızla sevinin, televizorla deyil!

Tapşırıqlar

Televiziya və kompüter oyunlarının alternativləri

LXXII tapşırıq. Maarifləndirici səfərlər

Uşağı müxtəlif təşkilatların işi ilə tanış edin. Bu vaxt aşağıdakı prinsipi özünüzə rəhbər götürün: "Mənə xəbər ver, yaddan çıxaracağam; mənə göstər, xatırlayacağam; məni ortaq et, başa düşəcəyəm".

Uşaqla banka, kitabxanaya, fermaya gedin, ona hər bir əməkdaşın fəaliyyətini izah edin. Yeri gələrsə, digər dinlərin ibadət ocaqlarını ziyarət edin.

LXXIII tapşırıq. Texnoloji proseslərin öyrədilməsi

Uşağınıza sual verin ki, qida maddələrinin tərkib elementlərini, yemək və içkilərin (şorbaların, pizzaların, çörəyin, yoğurtun, pendirin, balın, bişmiş qarğıdalının, şorabaların, çayın, qəhvənin) necə hazırlandığını bilirmi?

Uşağınıza deyin ki, özü bildiyi yeməyi hazırlamağa cəhd göstərsin. Lazımi şeylərin mağazadan alınmasını da ona həvalə edin.

Uşağınıza sabunun, kağızın, mürəkkəbin, parçaların, xalçaların, paltarların, ayaqqabıların, asfaltın, şampunun necə hazırlandığını izah edin.

LXXIV tapşırıq. Daha çox nəyi qiymətləndirirsiniz?

Ailə üzvlərindən soruşun: "Həyatda ancaq bir gününüzün qaldığını bilsəniz, nə edərdiniz? Nə üçün?" Cavabları müzakirə edin.

LXXV tapşırıq. ***Uşaqlar üçün müdriklik xəzinəsi***
Ailəliklə oturarkən uşağınızdan aşağıdakı sözləri uca səslə oxumasını istəyin. Nəyin nəzərdə tutulduğunu izah edin, şəxsi təcrübənizi bölüşün. Uşaqları öz fikirlərini bildirməyə həvəsləndirin.

"Oğlum:
Nəcib insanı təhqir etməkdən;
Müdrik insanı ələ-salmaqdan;
Əclaf insanı razı salmaqdan;
Axmaq insanla zarafat etməkdən;
Ədəbsiz insanla oturub-durmaqdan çəkin!

Oğlum!
Bütün ləzzətlərin dadına baxdım, ən ləzzətlisi – can sağlığıdır.
Bütün ağrı-acıları yaşadım, ən ağrılısı – başqalarına möhtac olmaqdır.
Dəmir daşıdım, daş daşıdım, amma borc daşımaq qədər ağır heç nə yoxdur.
Həyat iki gündür: biri lehinə, biri də əleyhinədir. Gün lehinə olduqda lovğalanma, naşükür olma, əleyhinə işlədikdə səbir göstər" (Əli ibn əbu Talib).

LXXVI tapşırıq. Ailədə özünüzü müdrik aparırsınızmı?
Uşaqları tərbiyə etmək çətin olsa da, faydalı işdir. Valideynlər nizam-intizam, rəhbərlik, istiqamətləndirmə, öyüd-nəsihət, təlim-təhsil, məşq, müəllim və tərbiyəçi tutmaq yolu ilə uşağın xarakterini formalaşdırmaq istəyirlər. Onlar zərər vurmadan sağaltmaq istəyən şəfqətli həkimləri xatırladırlar. Valideynlər tapşırır, yaxşılaşdırır, uşaqlarına kömək əli uzadırlar.

Aşağıdakı suallara cavab verin:
– Həyat yoldaşımı seçərkən müdrik davranmışammı? Münasib həyat yoldaşı tapmaq üçün sərf edilən vaxt və əmək seçdiyiniz qadınla keçirməli olacağınız vaxtla müqayisədə heç nədir.
– Uşağa ailənin missiyasını izah etmişəmmi?

– Düzgün dəyərləri öyrətmişəmmi? Evi divarlar və döşəmə deyil, əxlaq və dəyərlər gözəlləşdirir.
– Uşağa bacardığımı aşılaya, öyrədə, verə bilmişəmmi? Hər bir uşağın öz maraqları, həvəsləri vardır və biz onlardakı istedadı inkişaf etdirməliyik.
– Ailə resurslarını: vaxtı, pulu, əşyaları düzgün istifadə etmişəmmi?
– Uşaqların hisslərinə ehtiyatla yanaşmışammı? Özümü onların yerinə qoymalıyam.
– Uşaqlarımda həvəs yaratmışammı? Uşaqlar etinasızlığı, hətta səhv hərəkət etsələr də, sevmirlər. Onların davamlı ünsiyyətə, ətraf aləmə daxil olmağa, tərifl ənmə və mükafatlandırılmağa ehtiyacı vardır.
– Uşaqlara münasib tövsiyələr vermişəmmi, dəstək olmuşammı? Valideynlər nizam-intizam yaratmalı, fikir bildirməli, qaydalar qoymalıdırlar.
– Uşaqlara yaxşı nümunə olmuşammı? Başqaları ilə danışıq tərzimiz, nələri danışmağımız, etdiyimiz zarafatlar, verdiyimiz və tutduğumuz vədlər, kiminlə dostluq etməyimiz – bütün bunlar çox mühümdür.
– Valideynlik vəzifəmi mənə ailəmi bəxş etmiş Allah yolunda – ixlasla icra etmişəmmi?
– Ailəvi məqsədlərə çatmaq üçün plan qoymuşammı? Sizin ailəvi planınız aşağıdakı suallara cavab verməlidir:
Hansı ehtiyacları ödəmək lazımdır?
Nə edilməli idi? Bunlar mənim ailə həyatıma necə təsir edir?
Bunu nə vaxt etmək lazımdır?
Qoyulmuş məqsədlərdən nə qədər uzağıq?
Məqsədə nə vaxt və necə çatmaq olar?
Hansı addımları atmaq və hansı resurslardan istifadə etmək lazımdır?

Uşaqlarınız və həyat yoldaşınız sizdən necə asılıdırlarsa, siz də onlardan elə asılısınız. Onları pis vəziyyətdə qoymayın!

Nəticə

İnanırıq ki, ailə yaxşı vətəndaş yetişdirməyə qabil və borcludur. Xoşbəxt ev və yaxınların köməyi olduqda bu vəzifə ən yaxşı şəkildə yerinə yetirilir. Valideynlər uşaqların ilk və ən yaxşı müəllimləri hesab olunurlar. Valideyn uşağı üçün nümunəvi şəxsiyyət, tərbiyəçi, pedaqoq, məşqçi, mənəvi lider, nizam-intizamı qoruyan, müəllim və təlimçi olmalıdır.

Təəssüf ki, indiki dövrdə nə Qərbdə, nə də Müsəlman dünyasında tərbiyənin qənaətbəxş modeli təqdim olunmur. Biz bir-birimizdən öyrənməliyik. Qərb özünəməxsus həyat tərzinə sahibdir. Bu həyat tərzi özündənməmnunluğa əsaslanır; hər kəs əylənmək, həzz almaq üçün yaşayır, əxlaq və ənənəvi dəyərlər aşınır, cəmiyyət narkomaniyadan, alkoqolizmdən, cinsi əxlaqsızlıqdan, ailə münasibətlərinin zəifləməsindən əziyyət çəkir.

Digər tərəfdən, Müsəlman dünyası əzilmə və korrupsiyanın nəticələrini, susdurulma abı-havasını aradan qaldıra bilmir. Bir çox müsəlman kölə zehniyyəti ilə yaşayır. Bu zehniyyət cəsarət hissini öldürür, yaradıcı başlanğıc və azad düşüncəni iflic edir. Müsəlman dünyası bir-birinin ardınca xurafat və mövhumata inanan nəsillər yetişdirir. Bu nəsillər istehsal deyil, istehlak edir, cəmiyyətin deyil, şəxsi maraqlarını düşünürlər.

Qeyri-müsəlmanlar Allahı öz həyatlarına qaytarmalı, elm və texnologiyada qazandıqları nailiyyətləri Allahın rolunu qəbul edən imanla birləşdirməlidirlər. Onlar insanmərkəzli həyat tərzini Allahmərkəzli həyat tərzi ilə dəyişməlidirlər. Müsəlmanlar da Allahı yenidən kəşf etməli, sülhə, azadlığa, dözümlülük və şuraya əsaslanan cəmiyyət qurmalıdırlar.

Yaxşı tərbiyə toxumdur – əkilən şey bar verəcəkdir. Uşaqları tərbiyə etmək sutkada 24 saat, həftədə 7, ildə 365 gün tələb edən məşğuliyyətdir. Bu elə bir zəhmətdir ki, məzuniyyəti, istirahət günləri, əvəzedici şəxsləri yoxdur, müxtəlif növ çətinlik və əngəlləri, yoxuş və enişləri vardır. Ata və ana komanda halında işləməli, rasionallıq və biliklərdən, emosiya və hisslərdən istifadə etməlidirlər. Psixologi-

ya, sosiologiya, tibbi yardım bacarığı, ünsiyyət və iman – bütün bunlar tərbiyə işində valideyndən tələb olunur. Biz "uşaqlara qarşı müharibə"ni uda bilmərik, amma onları sevgi ilə, təmkinlə, açıq ünsiyyətlə öz tərəfimizə çəkə bilərik. Unutmayın ki, hər bir uşaq bunu tələb edir: "Zəhmət olmazsa, mühüm olduğumu mənə hiss etdir!"

Bir çox valideyn elə güman edir ki, uşağını yaxşı tanıyır, amma bu nadirən baş verir. Mümkündür ki, uşaqlar böyüklərin köməyini – müdaxilə, məsləhətini – göstəriş, şəfqəti isə uşaq rəftarı olaraq qəbul etsinlər. Bir çox uşaq səhvən elə təsəvvür edir ki, ata-anası onu sevmir.

Uşağınızın şəxsiyyətini hədəfə alan mənfi təsirləri azaldın, ondakı müsbət keyfiyyətləri isə çoxaldın. Valideyn hansı tərbiyə üslubunu seçdiyini müəyyən etməlidir: qəddar (müstəbid), yoxsa loyal, demokratik, yoxsa avtoritet? Valideynlər özlərindən soruşmalıdırlar: "Doğrudanmı, biz uşağımızı düzgün tərbiyə edirik?" Cavabı mümkün qədər çox mənbədə axtarmaq lazımdır.

Uşağın fiziki və mənəvi (emosional) inkişaf mərhələlərini nəzərə alın. Hər bir uşağın imkanlarından münasib mərhələdə maksimum dərəcədə istifadə edin, hər zəruri bacarıq və vərdiş üçün fərdi "imkanlar pəncərəsi"nin olduğunu yadınızdan çıxarmayın. Məsələn, uşaqlar on yaşına qədər yaxşı əzbərləyir, dilləri və musiqini asanlıqla öyrənirlər.

Həmyaşıdlarının uşağa təsiri böyükdür. Valideyn uşağın dostları üçün evdə qonaqpərvər abı-hava yaratmalıdır.

"Əgər mənim uşağımı yenidən tərbiyə etmək imkanım olsaydı, əvvəlcə onda özünəinam yaradardım. Barmaqlarımdan əmr və göstəriş üçün deyil, şəkil çəkmək üçün istifadə edərdim. Daha az təshih edər, daha çox ünsiyyət qurardım. Saata deyil, uşağa baxardım. Onunla daha çox gəzməyə gedər, havaya kağızdan təyyarələr buraxardım. Ciddi şəkildə oyun oynamağı dayandırar, oyunlara ciddi yanaşardım. Onunla sahələri qaçar, ulduzlara tamaşa edərdim, onu daha çox qucaqlayar, daha çox belimdə daşıyardım" (Loomans 2000).

Təkcə uşağınızın deyil, həm də dostlarının, valideynlərinin dostu olun.

Düzgün tərbiyə etmək üçün valideynlər fərdi bacarıqlarını inkişaf etdirməli, biliklərini təkmilləşdirməli, yeni üsul və həll yolları öyrənməlidirlər.

Uşaqda xarakteri formalaşdırmağın öz dövrü vardır. Döş əmizdirmək uşağı bir çox xəstəlikdən qoruyur, balacalara psixoloji və mənəvi "sərmayə" yatırır. Uşağınıza sevgi, cəsarət, yaradıcılıq, dürüstlük, azadlıq, özünəinam, əliaçıqlıq və iman aşılayın.

Valideynlər uşaqlarına vaxtı tənzimləməyi, pulları sərf etməyi, mübahisə ədəb-ərkanını, qərar qəbul etməyi, danışıq aparmaq və qulaq asmaq mədəniyyətini, problemləri həll etməyi, nəzakəti, ehtiramı, səbri, təvazökarlığı, həyanı öyrətməlidirlər.

Ünsiyyət üçün vaxt tapmayan, olduqca məşğul olan valideynlərin uşaqları yetimə oxşayırlar. Valideynlərin çoxu uşaqları ilə kifayət qədər vaxt keçirmir, bunu kompensasiya etmək üçün başqa vasitələrə (televizora, hədiyyələrə, dayə xidmətinə) əl atırlar. Yaxşı olar ki, ailənizə vaxt ayırın.

Böyük ailə üzvləri: babalar, nənələr, dayılar, bibilər, xalalar, əmi-dayı, bibi-xala uşaqları yaxşı dayələrdir, təlimçi və nümunədirlər.

Uşaqlarınızın şəxsiyyətini sevgi, şücaət, dürüstlük, yaradıcılıq, məsuliyyət və sərbəstlik əsasında formalaşdırın. Bütün bunlar xoşbəxt ev şəraitində həyata keçirilməlidir. Xoşbəxt ev valideynlərlə uşaqların kəsilməz qarşılıqlı əlaqəsinə əsaslanır. Obyektiv tərifləmə – bu, yaxşı davranışlara təşviq etməyin baza prinsipini əmələ gətirir. Aylıq ailədaxili görüşlər ailədə fərdlər arasında həmahəngliyin yaradılmasında yaxşı təcrübə hesab olunur. Toxunma, öpmə, qucaqlama və təbəssüm valideynlə uşaq arasında sevgini artırır. Vali-

deynlər uşaqlara qulaq asmaq mədəniyyətinə sahib olmalıdırlar.

Uşaqlar yaxşı müşahidəçilər olsalar da, pis şərhçidirlər. Onlar ata və ananın bir-biri ilə, baba və nənə ilə, qardaş və bacıları ilə, qonaqlarla, kasıblarla, dayə və qonşularla necə davrandıqlarına diqqətlə fikir verirlər. Onlar böyüklərin ev heyvanlarına, bitkilərə, ətraf mühitə necə münasibət bəsləmələrini müşahidə edib görürlər. Onlar valideynlərin dediklərini əməlləri ilə müqayisə edir, doğrunu səhvdən fərqləndirirlər. "Dediyimi et, etdiyimi deyil!" prinsipi qəbuledilməzdir. Valideyn dediyini etməlidir.

Uşaqlara nümunə lazımdır. Valideyn uşağına nümunə olmadıqda uşaq başqa yerdə özünə nümunə axtarır. Ən yaxşı nümunə peyğəmbərlər, əxlaq və üstün məziyyətləri ilə seçilən şəxsiyyətlərdir.

Ana tərbiyə işində başlıca rol oynayır. Təsadüfi deyildir ki, peyğəmbərlərdən Həzrəti İsmayılı, Həzrəti Musanı, Həzrəti İsa və Həzrəti Məhəmmədi anaları təkbaşına tərbiyə etmişlər. Kişilər qadınlara açıq şəkildə ehtiram göstərməli, onları həyatda uca tutmalıdırlar.

Bir valideyn demişdi: "Vəziyyəti dəyişmək üçün əhəmiyyətsiz birisiyəm". Doğru deyildir. Valideynin vəzifəsi təklikdə icra edilməyəcək qədər çox mühümdür, odur ki dəstək qrupları yaratmaqdan çəkinməyin.

Siz əcdadlarınızı dəyişə bilməzsiniz, amma gələcək nəslinizə təsir göstərə bilərsiniz. Bir valideyn olaraq siz dünyaya böyük təsir göstərirsiniz, buna görə də ümidinizi itirməyin. Heç vaxt gec deyildir!

Hər kəs həyatının son illərində özünə bu sualı versin: "Mən dünyanı yaxşılaşdırmaq üçün zəhmət çəkən valideyn olmuşammı?"

Bacardığınız ən yaxşı işi görün. Allaha güvənin! Axırda sizin hansı maşınlara, necə evə, nə cür bank kartlarına sahib olmağınız deyil, necə valideyn olmağınız əhəmiyyət daşıyacaqdır!

İş işdən keçənədək gözləməyin!